

ཐཱ་མ་མཆོད་པ་ནི་བྲིད་ཡིག་སྟན་ཏུ་  
མན་ངག་གི་གཏེར་མཛོད།



མཛད་པ་པོ། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཁོན།

མཚོད་བརྗོད། .....	1
རྩོམ་པ་དམ་བཅའ་བ་དང་འབྲིན་ལས་བཅོལ་བ། .....	3
གཞུང་ཁྱིད་དངོས། .....	3
དང་པོ་གདམས་པའི་ཁྱད་ས་བཤད་པ། .....	4
གདམས་ངག་གི་ཆེ་བ་བཤད་པ། .....	25
གསུམ་པ་གདམས་པ་དངོས་ཉམས་སྤྱལེན་ཚུལ་ལ་གཉིས། ...	33
དང་པོ་ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གསུམ། .....	33
དང་པོ་སྡོན་འགོ་ལ་གཉིས། .....	34
དང་པོ་སྤྱི་འོ་སྡོན་འགོ་ལ་གཉིས། .....	34
དང་པོ་ཀྱན་སྦྱང་བཅོས་པ་ལ་གང་དུ་ཉམས་སྤྱལེན་པའི་ གནས་ནི། .....	34
གཉིས་པ་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་ལ། .....	45
གཉིས་པ་བྱད་པར་གྱི་སྡོན་འགོ་ལ་གསུམ། .....	56
དང་པོ་རང་ཉིད་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ནི། .....	56
གཉིས་པ་སྦྱོང་བཅུད་སྦྱང་བ་ནི། .....	62

གསུམ་པ་མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ་གཉིས། .....	63
དང་པོ་ནང་མཆོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ། .....	63
དང་པོ་བསང་བ་ནི། .....	63
གཉིས་པ་སྦྱང་བ་ནི། .....	64
གསུམ་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། .....	64
བཞི་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི། .....	65
གཉིས་པ་མཆོད་རྩལ་གཞན་རྣམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི། ....	66
གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་བཞི། .....	69
དང་པོ་ཆོག་གས་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྤྲོམ་ལྟ་ཆོག་གས་རྣམས་ སྒྲོམ་པ་ལ་གཉིས། .....	69
དང་པོ་སྤྲོམ་ལྟ་ཆོག་གས་གསོལ་འདེབས་ཚུལ་དངོས་ལ་གང་དུ་ སྒྲོམ་པ་འདི་གནས་ནི། . .....	70
གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་པ་སྦྱན་བྲངས་ནས་དབྱེར་མེད་དུ་བྱ་ཚུལ་ནི། .	97
གཉིས་པ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ལ་གཉིས། .....	100
དང་པོ་སྤྲོམ་པ་མཆོད་པ་གལ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་བསམ་པ་ནི། ....	101

གཉིས་པ་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བའི་	
ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	105
དང་པོ་ཕྱག་འཆལ་བ་ལ་ལྟ། .....	105
དང་པོ་སྒྲ་མ་ལོངས་སྟོན་རྫོགས་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་	
བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི། .....	106
གཉིས་པ་སྒྲ་མ་སྐྱལ་བའི་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་	
བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི། .....	109
གསུམ་པ་སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་	
བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི། .....	113
བཞི་པ་མཆོག་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟས་ཏེ་	
དེའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི། .....	114
ལྔ་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་སྐྱལ་བར་	
བལྟས་ཏེ། ཕྱག་འོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཚུལ་ནི། .....	116
གཉིས་པ་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བའི་	
ཚུལ་ལ་ལྟ། .....	119

དང་པོ་ཕྱི་བྱུང་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ལ་ལྟ། .....	119
དང་པོ་ཚུ་བཞི་འབྲེལ་བ་ནི། .....	119
གཉིས་པ་ཉེར་སྟོང་འབྲེལ་བ་ནི། .....	125
གསུམ་པ་འདོད་ཡོན་འབྲེལ་བ་ནི། .....	133
བཞི་པ་མཐུན་འབྲེལ་བ་ནི། .....	137
ལྔ་པ་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་འབྲེལ་བ་ནི། .....	148
གཉིས་པ་ནང་གསང་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ འབྲེལ་ཚུལ་ནི། .....	154
གསུམ་པ་གསང་བ་ཤེར་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ འབྲེལ་ཚུལ་ནི། .....	164
བཞི་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བའི་ མཆོད་པ་འབྲེལ་ཚུལ་ནི། .....	170
ལྔ་པ་སྒྲན་དང་བདག་ཉིད་བྱན་དུ་འབྲེལ་བ་ནི། .....	173
གསུམ་པ་བཤགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྟག་མ་རྣམས་ བྱ་བ་ལ་ལྟ། .....	182



དང་པོ་བཤུགས་པ་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	183
གཉིས་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	189
གསུམ་པ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི།	192
བཞི་པ་སྤྱད་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་	
འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི། .....	194
ལྔ་པ་བསྐྱོར་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	196
གསུམ་པ་དད་གུས་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་	
འདེབས་ཚུལ་ལ་བཞི། .....	198
དང་པོ་ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་དད་གུས་	
གསལ་བཟབ་སྟེ་མཆན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱུགས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་	
བའི་གསོལ་འདེབས་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	199
གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་ངེན་བཞུགས་པའི་སྒོ་ནས་	
གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	211
དང་པོ་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་ཞིང་	
གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་གསུམ། .....	211

དང་པོ་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་ སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་འདེབས་ནི། .....	212
གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་ སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། .....	215
གསུམ་པ་རྩོ་རྩེ་ཐེག་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་ སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི། .....	218
གཉིས་པ་བཀའ་བློན་རྩེ་ས་སུ་བྲན་པའི་སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་ འདེབས་ཚུལ་ནི། .....	225
གསུམ་པ་བྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ལ་བཞི། .....	231
དང་པོ་བྱིའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་འདེབས་ ཚུལ་ནི། .....	232
གཉིས་པ་ནང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་ འདེབས་ཚུལ་ནི། .....	239
གསུམ་པ་གསང་བའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་ས་གསོལ་བ་	

འདེབས་ཚུལ་ནི། .....	240
བཞི་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་	
གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི། .....	241
བཞི་པ་ཕྱར་ཚུགས་སུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ཉིང་དེ་	
འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་ལེན་ཚུལ་ནི། .....	245
བཞི་པ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་	
སྒོ་སྐྱོང་ཞིང་བྱིན་རྒྱབས་ཁྱེ་བ་ལ་གཉིས། .....	259
དང་པོ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟན་པའི་ཚུལ་ནི། .....	259
གཉིས་པ་བསྟན་ནས་སྒོ་ཇི་ལྟར་སྐྱོང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	262
དང་པོ་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྒོ་སྐྱོང་ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	262
དང་པོ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྐྱོང་	
ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	263
དང་པོ་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉིར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ་ནི། .....	263
གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ནི། .....	268



གཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱང་ ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	270
དང་པོ་ཐར་པ་དོན་གཉིར་གྱི་སློབ་སྦྱང་པ་ནི། .....	270
གཉིས་པ་ཐར་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	272
གསུམ་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ ལ་གཉིས། .....	274
དང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་བཞི། .....	274
དང་པོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་ བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། .....	275
གཉིས་པ་སློབ་སྦྱང་དོན་བདུན་མའི་སློབ་ནས་བདག་གཞན་ མཉམ་བཞེས་སློབ་ཚུལ་ལ། .....	281
གསུམ་པ་ལྷག་བསམ་དང་སེམས་བསྐྱེད་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	313
བཞི་པ་སློབ་སེམས་དང་འདུག་སློབ་ལེན་ཚུལ་ནི། .....	315
གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྦྱོང་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .	319
དང་པོ་རྒྱལ་སྐུ་གྱི་སྦྱོང་པ་སྦྱི་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་བྲུག་ .....	319

དང་པོ་སྤྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	319
གཉིས་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	323
གསུམ་པ་བཟོད་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	325
བཞི་པ་བཙོན་འགྲུས་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	331
ལྔ་པ་བསམ་གཏན་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	337
དྲུག་པ་ཤེས་རབ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	342
དང་པོ་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྣང་ཉིད་ སློབ་ཚུལ་ནི། .....	343
གཉིས་པ་རྗེས་སྐྱོབ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་སྣང་ཉིད་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	346
གཉིས་པ་བྱད་པར་བབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	348
གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་ སློབ་ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	355
དང་པོ་སྤྲགས་ལམ་བབ་མོའི་སྣང་རུང་དུ་བྱ་བ་ནི། .....	355
གཉིས་པ་སྣང་དུ་གྱུར་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྣོམ་པ་དག་པར་ བྱེད་ཚུལ་ནི། .....	363

གསུམ་པ་ལམ་རིམ་གཉིས་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	373
དང་པོ་རིམ་གཉིས་སྒྲིམ་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས། .....	374
དང་པོ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི། .....	374
གཉིས་པ་རྫོགས་རིམ་ལ་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི། .....	379
གཉིས་པ་བསྒྲིམས་ཀྱང་བཅན་ས་མ་བེན་ན་འཆི་ཁར་འཕོ་བའི་ ཉམས་ལེན་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	393
གསུམ་པ་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་སྒྲོན་ཅིང་ རྒྱད་ཀྱིན་གྱིས་རྫོབ་ཕྱིར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱུ་ཚུལ་ལ་གཉིས། ....	401
དང་པོ་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྒྲོན་ལམ་ བྱས་ཏེ་གཏོར་མ་འབྱུལ་བ་ནི། .....	401
གཉིས་པ་རྒྱད་ཀྱིན་གྱིས་རྫོབ་ཕྱིར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱུ་བའི་ ཚུལ་ནི། .....	405
གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། .....	407
གཉིས་པ་བྱན་མཆམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། .....	411
མཐུག་ཅོམ་སྒྲོན་བྱང་། .....	428

ལ གོང་ས་ལ སྐབས་མགོན་ཀླུ་ལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྲོན་འོག ཐུན་གྱིས་གཞོན་སྤྱོད་སྤྱོད་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀྱུ་ཀྱུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སྤྱོད་མཉན་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཟུམ་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོ་སྐབས་འོང་སྤྱིད་ན་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྤྱོད་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱུལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱུར་མ་སོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཅོལ་གྱིས་ཁྱུ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཤོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་  
རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བ་རྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་  
དུ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

༥ སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་བྲིད་ཡིག་གསང་བའི་གནད་  
ནམ་པར་སྤེ་བ་སྟོན་རྒྱུ་མན་ངག་གི་  
གཏེར་མཛོད་ཅེས་བྲུ་བ་  
བཞུགས་སོ།།

མཆོད་བཛོད།

༡༡། །རྩེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་དང་དབྱེར་མ་  
མཆིས་པའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བཙེ་བ་ཆེན་པོས་  
དུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྩེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། །

རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་མ་ལུས་པའི། །

སྟོ་དང་བསྐྱུ་བའི་བྱེད་པོ་གཅིག་ཕུ་བ། །

བདེ་ཆེན་མགོན་པོ་སྒྲ་མ་ལྷག་པའི་ལྷ། །

བདག་སྟོང་བསྐྱོའི་ཟེུ་འབྱར་ཏྲག་ཏུ་བཞུགས། །

སྟོན་པ་མཉམ་མེད་ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་། །

རྒྱལ་ཆབ་མི་པམ་མགོན་དང་འཇམ་པའི་དབྱངས། །

གསང་བའི་བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་སོགས། །



ཐུབ་དབང་སྤྲུལ་དང་བཅས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཟབ་མོའི་ལམ་འདིས་གྲུབ་པ་མཆོག་བརྟེན་པ། །

ཨིན་ཐུ་ཏི་བདེ་བའི་མགོན་པོ་དང་། །

ས་ར་ཏ་དང་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཡབ་སྤྲུལ་དང་། །

གྲུབ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་དགེ་དང་ལྷ་ལི་ཏ། །

ཏི་ལོ་རྣམས་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་སོགས། །

འཕགས་ཡུལ་མཁས་གྲུབ་རྣམས་ལ་སྙིང་ནས་འདུད། །

འཇམ་དཔལ་དོ་རྩེ་རྒྱལ་བ་ཅོང་ཁ་པ། །

འཇམ་དབྱངས་བཀའ་གྲུབ་མཁས་གྲུབ་སྤྱུ་མཆེད་དང་། །

ཟུང་འཇུག་གྲུབ་པ་ཆོས་ཀྱི་དོ་རྩེ་སོགས། །

འཇམ་མགོན་ཡབ་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་སྙིང་ནས་འདུད། །

སློ་བཟང་དགོངས་དོན་སྙན་རྒྱུད་བསམ་འཕེལ་ནོར་བུ་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་  
མཆོན་ཅེར་མཆོད་སྤྱུ་གསུམ་འདོད་དགྲའི་ཆར་འབབས་དབེན་ས་པ། །ཐུབ་  
བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་ཁང་བཟང་ཅེ་མོར་སློ་བཟང་སྙན་རྒྱུད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
མཆོན་རབ་བསྐྱེད་པའཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞབས། །སློ་ཆེན་བཟང་པོའི་  
དཔལ་མངའ་དབང་ཕྱག་བརྒྱུད་ལྡན་རྣམ་འབྲེན་རྒྱལ་ཀུན་ཡེ་ཤེས་གཅིག་

བསྐྱུས་ངག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་མགོན་ཆེ།    | ཉམ་ཆུང་བདག་ཅག་བྱམས་  
པས་སྐྱོང་ཞིང་མན་ངག་བདུད་ཅིས་གསོ་མཛད་བཀའ་དྲིན་མཆུངས་མེད་  
རྣམས་ལ་ཀུན་ཏུ་ཕྱག་བགྱིད་དོ། །

## ཚུམ་པ་དམ་བཅའ་བ་དང་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་བ།

སྟོ་བཟང་དོ་རྩེ་འཆང་གི་ཐུགས་ཀྱི་བཅུད། །  
ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་ཐུར་ལམ་མཆོག།  
ཤིན་ཏུ་གསང་བའི་གནས་འདི་འབྱེད་པ་ལ། །  
གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོས་བདག་གི་གྲོགས་མཛོད་ཅིག།

## གཞུང་བྲིད་དངོས།

དེ་ལ་འདིར་མདོ་སྒྲགས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྙིང་པོ།    | རྩོན་  
བྱོན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཤེགས་ལྟལ།    | རྒྱ་བོད་མཁས་བྱུང་དམ་པ་རྣམས་  
ཀྱི་ཐུགས་དམ་ཀྱི་མཐེལ།    | ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་  
ཀྱི་བཅུད་ཐུང་བའི་མན་ངག།    | བྱུང་མཆོག་རྩ་མུ་བཟླ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་བཀའ་  
སྟོལ།    | སྐལ་ལྷན་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཐུར་བ་ཐུར་བར་འབྲིད་  
པའི་ཐབས་ཐབ་མོ་ལམ་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲུ་མ་ལྟའི་རྣལ་

འབྱོར་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ།།

༥ འདི་ལ་གསུམ། གདམས་པའི་ཁུངས་བཤད་པ་དང་། གདམས་པའི་  
ཆེ་བ་བཤད་པ་དང་། གདམས་པ་དངོས་ཅི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་  
སོ། །

## དང་པོ་གདམས་པའི་ཁུངས་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། འདིར་བཤད་པར་བྱ་བའི་གདམས་ངག་གི་གཞུང་ཙུ་བ་ནི་  
པཎ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དོ་རྗེ་འཆང་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
མཛད་པའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཟབ་ལམ་སླ་མའི་ནལ་འབྱོར་  
རམ། སླ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། གདམས་པ་འདི་  
ནི་བོད་དུ་རང་བཟོར་བྱས་པ་མིན་གྱི། རྒྱལ་བའི་བཀའ་བློན་མ་མེད་པ་ནས་  
བྱུང་བ་འཕགས་ལུལ་གྱི་མཁས་གྲུབ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུགས་ཉམས་སུ་  
བཞེས་ཤིང་སྟན་ནས་སྟན་དུ་བརྒྱད་དེ་བོད་ལུལ་དུ་ཐེབས་པ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་མངོན་དུ་མཛད་ནས་གྲུབ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཟམ་མ་  
ཆད་པ་ལས་བྱོན་པ། བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ངད་མ་ཡལ་བའི་ཡིད་ཆེས་ཁུངས་ལྡན་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་གོ་བའི་ཆེད་དུ་གཞུང་འདིའི་དབུར།

རྒྱ་གར་རྒྱལ་དུ། གུ་རུ་བྱུང་སྲ་ཀལ་རྒྱ་མ། བོད་རྒྱལ་དུ། སླ་  
མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་ཞེས་བྱ་བ། བཀའ་བློན་མཉམ་མེད་སླ་མ་དམ་

པ་ནམས་ཀྱི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བཅེ་  
བ་ཆེན་པོས་དུས་དང་གནས་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སུ་གཟུང་  
དུ་གསོལ།

གང་ལ་བརྟེན་ན་སྐྱེ་གསུམ་བདེ་བ་ཆེ། །

ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་དང་བཅས་སྐྱད་ཅིག་ལ། །

སྟོལ་མཛད་འདོད་དགའི་མཆོག་སྟོལ་ཡིད་བཞིན་ནོར། །

དོ་རྗེ་ཅན་ཞབས་བརྒྱུར་གྲུས་བཏུང་ནས། །

སྐལ་བཟང་སྟོབ་མའི་པན་བདེ་མ་ལུས་བ། །

སྐྱབ་པའི་ཐབས་མཆོག་གཉིས་པ་དང་བྲལ་བ། །

མདོ་རྒྱུད་དམ་པའི་མན་ངག་པད་ཆའ་ལས། །

འོངས་པའི་མེ་ཏོག་ཐེང་མཛེས་མགུལ་རྒྱན་སྟེལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གསུང་འདི་དག་གིས་གདམས་པའི་ཁྱུངས་བསྟན་  
ཏོ། །དེ་ཡང་སྦྱིར་བོད་གཞུང་ལ་རྒྱ་སྐད་མྱད་དུ་སྟོས་པ་མི་དགོས་ཀྱང་།  
འདིར་རྒྱ་སྐད་མྱད་དུ་སྟོས་ཏེ་སྐད་གཉིས་ཤུར་མཛད་པ་ནི་དགོས་པ་  
ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །གདམས་ངག་འདི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉིད་ལས་ཇི་ལྟར་བཤད།  
དམ་པ་བར་མ་ཆད་པ་ལས་བརྒྱུད་པའི་ཚུལ་ཡང་ཇི་ལྟར་སྟོན་ན། དེ་ནི་  
ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་ཅུང་ཟད་ཅིག་བརྗོད་ན། དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་དང་ཆོས་

གྱི་རྒྱལ་པོ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ལུགས་སྒོལ་ངི་མ་མེད་པ་འདི་ལ་མན་ངག་  
 གི་མཐར་ཐུག་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉིད་ལ་བྱེད་དགོས་པས། ལམ་གྱི་གནད་  
 མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་གང་དུ་ཡོད་ས་ནི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ངི་མ་མེད་པ་མདོ་  
 སྡེ་དང་རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཡིན་པས་དེ་དག་ནས་རྙེད་པ་ཞིག་དགོས་  
 གྱི། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མི་མཐུན་ན་ཟབ་མོར་གྲགས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་  
 ཡང་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་སྟེ། བྱམས་པ་མགོན་པོས། གང་ཕྱིར་རྒྱལ་ལས་  
 ཆེས་མཁས་འགའ་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཡོད་མིན་ཏེ། །མ་ལུས་དེ་ཉིད་  
 མཆོག་ནི་ཚུལ་བཞིན་ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས་མཁྱེན་གཞན་མིན་པ། །དེ་ཕྱིར་དང་  
 སྟོང་རང་ཉིད་གྱིས་བཞག་མདོ་སྡེ་གང་ཡིན་དེ་མི་དགྲུག། །ཐུབ་ཚུལ་བཞིག་  
 ཕྱིར་དེ་ཡང་དམ་ཆོས་ལ་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞེས་གསུངས། །ལམ་  
 གྱི་གནད་རྣམས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ཉིད་ལ་བཞུགས་ན་སྙན་རྒྱུད་གྱི་མན་ངག་  
 རྣམས་ཅི་དགོས་སྟུང་ན། །དེ་ནི་ལམ་གྱི་གནད་མ་རིག་པ་ཡིན་པས་སྙན་  
 རྒྱུད་གྱི་མན་ངག་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། །དེ་མེད་པར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་བྱ་  
 ཆོམ་གྱིས་ཞུགས་ཀྱང་དགོངས་པ་མི་རྙེད་ཅིང་ལམ་བཟོད་རྒྱས་པ་མི་སྲིད་  
 ཏོ། །དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་  
 ཀྱང་། དེད་དཔོན་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་ལམ་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ཏེ་བཅིང་བ་དམ་  
 པོས་བཅིངས་པའི་བྱ་ཡིད་ཆེས་སུ་ཞུགས་ནས་དེད་དཔོན་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་  
 དགོས་གྱི། །དེད་དཔོན་དང་བྱ་ལ་མ་བརྟེན་པར་རྒྱ་མཚོར་བྱ་ཆོམ་དུ་ཞུགས་  
 ཀྱང་ལོར་བྱ་མི་ལོན་པར་མ་ཟད་རང་སྟོག་ཀྱང་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་



ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེངས་པ་ལས། །མན་ངག་མེད་པའི་  
 བཟུངས་པ་ནི། །སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྒྲོ་མོངས་བྱེད། །དེ་ཡིས་དཀའ་བ་ཅི་  
 བྱས་ཀྱང་། །ཁུ་བསྐྱབས་མར་ནི་མི་འབྱུང་ལྟར། །དེ་བཞིན་མན་ངག་དང་  
 བྲལ་སྒྲུབ་ས། །སྦྱེས་བྱས་ངེས་མིན་འཆོ་ཡི་བར། །བཟུངས་ཀྱང་དེ་ཡི་འབྲས་  
 བྱ་ཡི། །ཆ་ཅམ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །མི་ཤེས་པ་ཡི་མི་འགའ་ཞིག་། རྒྱ་  
 མཆོ་བཞི་ཡི་པ་མཐའ་ཡི། །ས་ལ་ཤིན་ཏུ་འགྲོ་འདོད་པ། །ལམ་ནི་གང་ཡིན་  
 མི་འདྲི་གང་། །དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་འགྲོ་བར་བྱེད། །དེ་བཞིན་དཀའ་བ་ཆེར་  
 བྱེད་པའི། །མན་ངག་དང་བྲལ་སྐྱབ་པ་པོ། །འབྲས་བྱ་མེད་ཕྱིར་མཁས་པ་  
 ཡང་། །སྐྱབ་པ་པོ་ནི་ཁོང་ཁྱོ་སྦྱེ། །ཁོང་ཁྱོ་སྦྱེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་ལ། །འབྲས་བྱ་  
 མེད་ཅིང་དུ་འབོད་འགྲོ། །དེ་ཕྱིར་འབད་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །དད་པས་སྒྲ་  
 མ་བརྒྱུད་པ་ལས། །མན་ངག་དག་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། ཡེ་ཤེས་  
 བྱབ་པ་ལས་ཀྱང་། །སྦྱ་བ་འཇིན་པ་མེད་པ་ཡི། །བྱ་ཡིས་པ་རོལ་ཕྱིན་མི་  
 འགྱུར། ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱུགས་ཀྱང་། །སྒྲ་མ་མེད་ན་སྤྲོད་མཐར་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས།

དེས་ན་རྒྱལ་བས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་ཟུ་མེད་པ་ཞིག་  
 བཀའ་སྩལ་ལ། །དེ་ཡང་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་བསམ་པ་དང་དབང་པོ་ལ་  
 གཟིགས་ནས་གསུངས་པས། །ལྟ་བའི་གནད་ལ་སོགས་པའི་དོན་འགའ་ཞིག་  
 དང་དོན་དགོངས་པ་ཅན་དུ་གསུངས་པ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། །ལམ་གྱི་ཅ་བ་སྒྲ་

མ་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་པའི་ཚུལ་འདི་ལ་ནི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་མི་མ་བྱུན་  
 པ་མེད་པར་དགོངས་པ་གཅིག་དང་དབྱངས་གཅིག་གིས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་  
 བར་གསུངས། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་བསྟེན་པ་ལ་འདུག་པའི་སྒོ་དང་པོ་སྐྱབས་  
 སུ་འགོ་བ་དང་། དེ་ཙམ་གྱི་དུ་བྱས་ནས་དགོ་བསྟེན། རབ་བྱུང་། དགོ་  
 ཚུལ། བསྟེན་རྫོགས་ཀྱི་སྒོ་མ་པ་ལེན་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་  
 ཤིང་། དེ་དག་གི་ཆེ་མཁན་པོ་དང་སྒོ་བ་དཔོན་ཇི་ལྟར་འཆོལ་བའི་ཚུལ། རྟེན་  
 རས་ཇི་ལྟར་བསྟེན་ཚུལ། དེ་ནས་སྤང་སྤང་ཁུ་བའི་ཕྱིར་གནས་ཀྱི་སྒོ་བ་དཔོན་  
 འཆོལ་ལུགས། ཐོས་བསམ་སྒོ་མ་གསུམ་ཀྱི་ཕྱིར་སྒྲོག་པའི་སྒོ་བ་དཔོན་  
 འཆོལ་ལུགས། རྟེན་ནས་ཇི་ལྟར་བསྟེན་ཚུལ། སྒྲ་མ་དེ་དག་ལ་བཀྱར་སྟེ་དང་  
 སྟེ་ཁུའི་མཆོད་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ། སྟོན་པར་བལྟས་ཏེ་བསམ་པས་བསྟེན་  
 ཚུལ། ལུས་རག་གི་བསྟེན་བཀྱར་དང་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པ་སྐྱོར་བས་བསྟེན་  
 ཚུལ་རྣམས་འདུལ་བ་ལུང་ལས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་  
 རྣམས་སུ་སྒྲ་མ་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་པའི་ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ། མདོ་སྟེ་  
 བལ་པོ་ཆེ་ལས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་གཞོན་ཏུ་ལོར་བཟང་གིས་བཤེས་  
 གཉེན་ཇི་ལྟར་བསྟེན་པའི་ཚུལ་རྣམས་གསུངས་ནས་ཕྱི་རབས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་བྱ་དགོས་པར་གསུངས། ཤེར་ཕྱིན་ཀྱི་མདོ་སྟེ་  
 རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཤེར་ཕྱིན་ཟབ་མོའི་དོན་རྟེན་པ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁོ་  
 ར་ལ་རག་ལས་པ་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་བཟོད་  
 དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས་། བཙམ་ལྟན་འདས་བྱང་ཚུབ་

སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ལས་དང་པོ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
 ཏུ་བྱིན་པ་ལ་ཇི་ལྟར་གནས་པར་བགྱི། ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བགྱི། དེ་སྐད་  
 ཅེས་གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་རབ་འབྱོར་ལ་  
 འདི་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། རབ་འབྱོར་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ལས་དང་པོ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སློབ་  
 པར་འདོད་པས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་ལ་བསྟེན་པར་བྱ་བཏེན་པར་བྱ་  
 བསྟེན་བཀའ་བྱའོ། ཞེས་དང་། ལྷག་པའི་བསམ་པ་ལ་ཡང་དག་པར་བྱུགས་  
 ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མཛོད་པར་རྫོགས་  
 པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས། དང་པོ་ཉིད་ཏུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་  
 ལ་བསྟེན་པར་བྱ་གྲས་པར་བྱ་བསྟེན་བཀའ་བྱའོ། ཞེས་གསུངས། ལྷ་མ་ཇི་  
 ལྟར་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ནི་རྟག་ཏུ་དུས་ཆོས་འཕགས་ཇི་ལྟར་བསྟེན་པ་ལྟར་དུ་  
 བྱ་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། རྟག་ཏུ་དུས་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྷག་པར་བལྟས་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
 མཆོད་པ་བས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོད་པ་དོན་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས།  
 ལུས་སྒོག་ལོངས་སྟོད་ཐམས་ཅད་སངས་པ་མེད་པར་བཏང་ནས་དགོ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་ཆོས་འཕགས་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་པ་དང་། དེའི་མཐུས་ས་ལམ་  
 ལྟར་དུ་བགྱོད་པར་གསུངས་ཏེ། འདི་དག་གི་ཁྱེད་སྐྱམས་དང་སྐྱེ་ལོ་གི་  
 མངས་སུ་དོགས་པས་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལ་བལྟས་ནས་ངེས་པ་བཏྲན་  
 པོ་བསྐྱེད་དོ། མདོར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་སྟོད་ལས། བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའི་སྒྲིང་པ་ཐམས་ཅད་འཐོབ་ཅིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་པ་རོལ་དུ་སྒྱེན་པ་དང་། ས་དང་བཟོད་པ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་དང་  
 མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། གཟུངས་དང་སྒྲོབས་པ་དང་། བསྐྱོ་བ་དང་སྒྲོན་  
 ལམ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འཐོབ་ཅིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 བྱི་སྒྲ་མ་ལ་རག་ལས། སྒྲ་མ་རྩ་བར་གྱུར། སྒྲ་མ་ལས་བྱུང་། སྒྲ་མ་སྐྱེ་གནས་  
 དང་སྐྱེ་མཆེད་དུ་གྱུར། སྒྲ་མས་བསྐྱེད། སྒྲ་མས་སྒྲེལ། སྒྲ་མ་ལ་བཏེན། སྒྲ་མ་  
 རྒྱར་གྱུར་པ་དག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཁོ་  
 བའི་བཀའ་བློན་ལ་སྟོས་པས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་ཀྱི་སྒོག་དུ་བྱེད་དགོས་  
 པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྒྲོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལོ། རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་  
 ཆེ་རྣམས་ནས་ནི་སྒྲ་མ་ཉིད་ལམ་ཀྱི་རྩ་བར་ནན་ཏན་ཤེན་དུ་ཆེ་བར་བསྐྱགས་  
 ཏེ། གསང་སྐྱགས་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ག་ནས་སྐྱགས་ཀྱིས་ལམ་བཟོད་པར་ཐོག་  
 མར་སྒྲ་མས་དབང་བསྐྱར་ཏེ་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་སྟོས་པ་དང་། དེ་ནས་  
 དམ་ཆེག་དང་སྒྲོམ་པ་བསྐྱུང་བ་ལམ་ཀྱི་གཞིར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་དང་། དམ་  
 ཆེག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་སྒྲ་མའི་དམ་ཆེག་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། དམ་  
 ཆེག་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་ནས་ལམ་བཟོད་པའི་ཆེ་སྒྲ་མ་དང་སྐྱག་པའི་སྡེ་  
 དབྱེར་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་ནས་ལམ་བཟོད་དགོས་པར་གསུངས་  
 ཏེ། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་སོ་སོ་ནས་ངེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཁུངས་རྣམས་བྱངས་ན་  
 མངས་སུ་དོགས་པས་རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་དེ་དག་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།  
 སྐྱག་པར་གདམས་ངག་འདིའི་རྩ་བའི་ཁུངས་མཐར་ཐུག་པ་ནི་དཔལ་གསང་

བ་འདུས་བ་ཅ་བ་འད་ཀྱི་རྒྱུད་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གསང་བ་འདུས་པའི་  
ཅ་རྒྱུད་དུ་སྒྲུབ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་བའི་ལྟ་ལ་རི་ལྟར་མཆོད་པའི་ཚུལ་དང་།  
སྒྲུབ་དང་དོ་རྩེ་འཆང་དབྱེར་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་ནས་ལམ་རིམ་  
གཉིས་རི་ལྟར་བསྐྱོད་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཆང་བར་གསུངས་མོད་ཀྱང་། མཐའ་  
དུག་དང་ཚུལ་བཞིས་རྒྱས་བཏབ་པས་དོ་རྩེའི་མདུད་པ་དབྱེ་བར་དཀའ་བ་  
རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གསང་བའི་རྒྱ་བསྐྱོལ་ཏེ་གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་  
གསལ་བར་འཆད་པ་དོ་རྩེ་སྤང་བ་ལ་སོགས་པའི་བའད་རྒྱུད་རྣམས་མཛད་  
པས། སྒྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་འདིའི་གནད་རྣམས་བའད་རྒྱུད་དོ་རྩེ་སྤང་བ་ལས་  
ཞིབ་ཏུ་འབྱུང་སྟེ། ཐོག་མར་སྒྲུབ་དང་སྒྲོབ་པའི་མཆོད་ཉིད་བཏག་པ། དེ་  
ནས་སྒྲུབ་རི་ལྟར་བསྐྱོན་པའི་ཚུལ། སྒྲུབ་དང་ལྟག་པའི་ལྟ་དབྱེར་མེད་དུ་ལྟ་  
ལུགས། སྒྲུབ་པའི་སྐྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲོམ་ལུགས། དེ་ལ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་འབྱུལ་ལུགས། དེ་ནས་ལམ་རིམ་གཉིས་སྒྲོམ་ལུགས་  
རྣམས་སྟོན་ཏེ། ཁྱུངས་རྣམས་བྱངས་ན་མངས་སུ་དོགས་ཤིང་སྐབས་སུ་བབ་  
པ་ཅུང་ཟད་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་སྟོན་ནོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུད་རྣམས་སུ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་རྩེ་བཙུན་  
བྱམས་པ་དང་། རྩེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་། གསང་བའི་བདག་པོ་  
ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་ལ་སོགས་པ་ཞིང་འདིར་སྟོན་པའི་འཁོར་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱོན་པ་  
རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མངའ་ཞིང་། དེ་ནས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྐྱ་  
སྐབ་ཡབ་སྐས་དང་། ཐོགས་མེད་སྐྱ་མཆོད་དང་། རྒྱལ་པོ་ཨིན་ལྷ་ཏི། བྱབ་



ཆེན་མགོན་པོ་བདེ་བ་ཆེན་པོ། གྲུབ་ཆེན་ས་ར་ཏ། འག་བ་རི་བ། ལྷ་ཨི་བ། ལྷ་  
ལི་ཏ་སོགས་དང་། ཉི་ལོ་རྒྱ་རོ་སོགས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་  
གྱིས་ཐུགས་ཉམས་སྤྲུལ་ཞེས་ཤིང་། བྱི་རབས་གྱི་གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་མན་  
ངག་ཡི་གེར་འགོད་པའང་མང་དུ་མཛད་དེ། གྲུབ་ཆེན་མགོན་པོ་བདེ་བ་  
ཆེན་པོས་གསང་བ་འདུས་པ་རྩ་བ་འདད་གྱི་སྣང་པོའི་དོན་གསལ་བར་སྟོན་  
པ་གསང་བ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྲ་བ་མཛད་དེ། དེར་སླ་མ་ལྟའི་རྣལ་འབྱེར་ལམ་  
གྱི་སྟོག་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་འདི་ཉིད་རྩ་བ་དུ་བཏོན་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས།  
དེའི་རྗེས་སྤྲུལ་བྲངས་ཉི་ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་  
པ་གྲུབ་པའི་སྟེ་གཞན་རྣམས་དང་། སྣང་པོའི་ཆོས་སྟོར་དུ་གྲགས་པ་བྲམ་  
བེ་ཆེན་པོའི་དོ་ཉིད་སྟོར་རྣམས་སྤྲུལ་ཡང་སླ་མའི་རྣལ་འབྱེར་ལམ་གྱི་སྟོག་ཏུ་  
བྱེད་ཚུལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མགོན་པོ་སྤྲུལ་  
གྱིས་འདུས་པ་རྩ་བ་འདད་གྱི་སྣང་པོའི་དོན་ལམ་རིམ་པ་ལྟར་བསྐྱེགས་པ་རིམ་  
ལྟའི་གཞུང་མཛད་ཅིང་། དེ་ཉིད་དུའང་སླ་མའི་རྣལ་འབྱེར་ལམ་གྱི་སྟོག་ཏུ་  
བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་བས་སླ་མ་མཆོད་པ་དོན་ཆེ་  
བ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས། མདོར་ན་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ཐམས་  
ཅད་དགོངས་པ་མཐུན་པར་སླ་མའི་རྣལ་འབྱེར་ལམ་གྱི་སྟོག་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་  
འདི་རང་རང་གི་གཞུང་དང་མན་ངག་ཐམས་ཅད་དུ་གསུངས་ཤིང་། འཕགས་  
ཡུལ་གྱི་གྲུབ་ཆེན་ཐམས་ཅད་གྱི་མན་ངག་ཡོངས་སྤྲོ་གསལ་པར་མངའ་བ་ནི་  
དཔལ་ཨ་ཉི་འག་ཡིན་ལ། དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་འག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ལམ་

ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་ཁོ་ནའི་དྲིན་གྱིས་བཟོད་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། འབྲོམ་  
རིན་པོ་ཆེས་བོད་ལ་སྒྲོམ་སྒྱུ་བ་བྱེད་པ་མང་པོ་ཡོད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་  
ཅན་བརྟེས་པ་མི་བདོག་ཞུས་པས། རྫོང་བོའི་ཞལ་ནས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཡོན་ཏན་  
ཆེ་སྒྲེས་ཚུངས་སྒྲེས་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེ་བ་ལ། བྱེད་བོད་སྒྲུབ་  
ལ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་ག་ན་སྒྲེ། ཞེས་གསུངས། རྫོང་བོ་རྗེ་ཉིད་  
ཀྱང་སྒྲུབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཐུགས་དམ་གྱི་སྦྱིང་པོར་མཛད། རྒྱ་བོད་ཐམས་ཅད་  
དུ་འཕྲིན་ལས་གྱི་བྱ་བ་གདལ་ཆེ་བའང་དེའི་མཐུ་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། ཁོ་  
བོ་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བྱ་བ་སེམས་བཟང་པོ་འགྲིག་ཅམ་ཞིག་ཡོད། འདི་གསེར་  
སྦྱིང་བའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། ཞེས་གསུང་ཞིང་། རྫོང་བོའི་གདམས་ངག་ཐམས་  
ཅད་གྱི་རྩ་བ་ལམ་སྒྲོན་དུ། སྒྲུབ་རྣམས་གྱིས་བསྟན་པ་ཡི། །ཡང་དག་ཐབས་  
ནི་བཞད་པར་བྱ། །ཞེས་སོགས་ཡོན་ཏན་སྤོ་མོ་ཞིག་ཚུན་ཆད་སྒྲུབ་ཁོ་ནའི་  
བཀའ་དྲིན་དུ་གསུངས་པ་དང་། སྒྲུབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་གྱི་སྟོན་ཏུ་བྱས་  
ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་རྒྱ་  
ཆེར་གསལ་བར་མཛད་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཐུབ་དབང་རྫོང་རྗེ་འཆང་ནས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་བྱ་བ་དམ་  
པ་རྣམས་ལ་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་དེ་དཔལ་ཨ་ཏི་ཤའི་བར་དང་། དཔལ་ལྷན་ཨ་  
ཏི་ཤ་ནས་བརྒྱུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཁན་ཆེན་དང་སྟོན་བྱ་བ་ཆེན་གཉིས་  
ལ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གསན་ཅིང་། ཡང་རྒྱ་རོ་བ་ནས་སྟོན་བྱ་མར་པ་ལ་བརྒྱུད་  
པ་དང་། རྒྱ་གར་བྱ་བ་ཆེན་མང་པོ་ནས་རྗེ་འགོས་ལ་བརྒྱུད་པ་དང་། མི་མཐེང་

བ་སྐྱ་མཆེད་ནས་བརྒྱད་པ་སོགས་འཕགས་ཡུལ་ནས་བྱོན་པའི་མན་ངག་  
 ཁུངས་མ་རྣམས་ཇི་རིན་པོ་ཆེས་སླ་མ་ཁུང་པོ་ལྟས་པ་དང་། ཆོས་ཇི་དོན་  
 གྲུབ་རིན་ཆེན་དང་། སྐྱུན་སྒྲ་གྲགས་པ་བྱང་ཚུབ་དང་། ཇི་བཙུན་རེད་མཛའ་  
 བ་སོགས་ལས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གསན། ཉི་བརྒྱད་ཐུན་མོང་མིན་པ་  
 བྱི་ཇི་རིན་པོ་ཆེས་ཐོག་མར་སླ་མ་དབྱུ་མ་བས་ལོ་རྩ་བྱས་ཏེ་ཇི་བཙུན་འཇམ་  
 པའི་དབྱངས་ལ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་ཡས་པ་གསན་ཅིང་། བྱིས་ཇི་  
 བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཉིད་ཀྱིས་ཞལ་མདོན་སུམ་དུ་བསྟན་ཏེ་སྦྱིར་མདོ་  
 སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་མཐའ་དག་དང་། ལྷག་པར་འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་  
 ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་པར་བཀྲལ་བའི་ཐབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལྷ་  
 བ་སྐྱང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བའི་ཚུལ་དང་།  
 ལམ་རིམ་པ་ལྟའི་ངོ་བོ། གྲངས་ངེས། གོ་རིམས་སོགས་མཐའ་དག་གསན་  
 ཅིང་། སྐར་ཡང་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆད་མེད་པ་ལྟལ་ཏེ་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་འདེབས་པར་  
 མཛད་པས། ཇི་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀའི་  
 ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྐྱུན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པ་  
 རྣམས་གནང་ཞིང་། དེའི་ཆེ་ཇི་བཙུན་ལ་སྦྱར་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྦྱར་བར་  
 རྫོ་ཇི་འཆང་གི་སར་བགྱོད་པ་ལ་ཇི་སྦྱར་བཀྱི་དགོས་ཞེས་བྱས་པ་ན། སླ་  
 མ་དང་ཡི་དམ་དབྱེར་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ལམ་གྱི་སློག་ཏུ་བྱེད་  
 དགོས་ཚུལ་དང་། སླ་མའང་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་

རྫོགས་པ་ལ་འབྲིད་ཀྱིས་པ་ཞིག་དགོས་ཚུལ་དང་། ཡི་དམ་ཡང་བདེ་གསང་  
འཛིགས་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བ་དགོས་ཚུལ་དང་། ཆོས་སྐྱོང་ཡང་མགོན་པོ་  
ཕྱག་དྲུག་པ། དམ་ཅན་ཆོས་རྒྱལ། རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་གསུམ་བསྟེན་དགོས་  
ཚུལ་དང་། གྲོགས་ཀྱང་སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་ཆོས་སྐྱོང་རྣམས་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་  
ཚུལ་སོགས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་ཆེ་རྒྱུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་  
རྫོགས་པོ་ཆེ་དང་གྲུབ་ཆེན་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་བ་དང་སྐལ་ལྷན་གྱི་ལྷ་ཁ་  
ཤས་དང་བཅས་པ་ལ་སྟོན་རྒྱུ་དེ་ཡི་མན་ངག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྐྱུ་ལ་པའི་  
སྟེགས་བམ་ཆེན་མོ་དང་བཅས་པ་གནང་། གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་  
བར་མཛད་ནས་སུ་ལའང་མི་མངོན་པར་མཛད་དོ། །

སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཐུན་མོང་མིན་པ་འདི་ཉིད་ནི་སྒྲུ་མ་ལྷ་བཙུ་པའི་རྣམ་  
བཤད་དང་། རིམ་ལྷ་གདན་རྫོགས་ཀྱི་དམར་བྲིད་དང་། ཆོས་དྲུག་གི་བྲིད་  
ཡིག་ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྷན་རྣམས་སུ་རྒྱུད་སྟེའི་ཁྱད་སྤངས་དང་སྦྱར་ཏེ་སྟོམ་  
ཅམ་ཞིག་འགོད་པར་མཛད་ཅིང་། མན་ངག་གི་གནད་ཞིབ་པ་ཞལ་ལས་ཤེས་  
དགོས་པར་མཛད་དོ། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཁོར་བདག་ཉིད་ཆེན་  
པོ་རྣམ་མཁའི་སྐར་ཆོགས་ལྷ་བྱ་ཡོད་ཀྱང་། སྟོན་རྒྱུ་དེ་ཡི་མན་ངག་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པ་ནི་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོ་བ་དང་། རྣང་  
ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་གཅིག་མཁས་གྲུབ་སྤྱོད་པའི་ཉི་མ་གཉིས་ལ་གནང་། སྐྱུ་ལ་པའི་  
སྟེགས་བམ་ཆེན་མོ་ནི་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོའི་ཕྱག་རྒྱ་  
བཞུགས། གྲུབ་ཆེན་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་མཚོས་དགའ་ལྷན་སྐྱབ་རྒྱུ་དེ་ཡི་ཚུ་འགོ་



འཇུགས་ཕྱིར་དབེན་པའི་གནས་སུ་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ཡོངས་ཇོགས་  
 ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཏེ། ཟབ་ལམ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་  
 ཅིང་རང་དང་གཞན་གྱི་ཆེ་རབས་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་མཁྱེན་པ་དང་། ལྷག་པའི་  
 ལྷ་ཇེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཡུན་དུ་ཞལ་གཟིགས་པ་སོགས་གསང་བ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པའི་ཇོགས་པ་མཆོག་བརྟེན་ཤིང་། སྐལ་བ་དང་ལྷན་  
 པ་རྣམས་ལ་མན་ངག་འདོམས་པར་མཛད་ལ། ལྷག་པར་བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་མཆོན་ལ་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ཡོངས་ཇོགས་སྤྱལ་པའི་སྒྲེགས་བམ་  
 དང་བཅས་པ་གནང་ངོ། །མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ནི་ཇེ་སྒྲ་མའི་  
 བསྟན་པ་ལ་མ་དད་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་  
 རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་པས་བསལ་ཏེ། གསེར་སྤྱང་བཙོ་མ་དང་རྒྱལ་མཆོན་  
 ཀྱི་ཅེ་མོའི་ཡིད་བཞི་གྱི་ནོར་བུ་ལྟར་ཇེ་འོ་བསྟན་པ་བསྐྱེད་སྤྱད་དང་བྲལ་ཞིང་  
 རྣམ་པ་ཀུན་ནས་འགྲན་པའི་སྒྲ་དང་བྲལ་བ་འདི་མཛད། སྒྲ་མ་དང་ལྷག་པའི་  
 ལྷ་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་  
 པས། ཇེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞིང་གཤེགས་ནས་ཀྱང་ལན་ལྟའི་བར་དུ་ཞལ་  
 གཟིགས་ཤིང་ལུང་བསྟན་པ་དང་དབྱགས་དབྱང་པ་རྒྱ་ཆེར་སྤྱལ། ཇེ་འོ་བསྟན་  
 པ་རྒྱ་ཆེར་སྤྱལ་ཞིང་། ལྷག་པར་བ་སོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་  
 མན་ངག་ཡོངས་སུ་ཇོགས་པར་གནང་ངོ། །པཎ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 ནི་ཇེ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ལ་སྐྱབ་པ་ཆེ་གཅིག་དུ་མཛད་ཕྱིར་  
 མི་མེད་ལུང་སྟོང་དུ་དཔལ་ཤ་བ་རི་པའི་རྣམ་ཐར་དང་མཚུངས་པ་ཞིག་བྱེད་



དགོངས་པ་ནར་མར་ཡོད་པ་ན། སྒྲུབ་དང་ཡི་དམ་གྱིས་དངོས་དང་མི་ལམ་  
 དུ་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར། རྗེ་སྒྲུབ་པའི་བསྟན་པའི་སྟོན་ཤིང་འཛིན་སྤྱོད་དགའ་  
 ལྡན་གྱི་ཁྱི་ཐོག་དུ་ཐེབས་དགོས་པ་བྱུང་། དེ་ནས་རྗེའི་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་  
 ཞིང་། ལྷག་པར་བྱུང་བ་ཆེན་ཆོས་རྡོ་རྗེ་དབྱང་ལོ་བཅུ་གཅིག་གི་དུས་ཡུག་  
 ཡུམ་དང་བཅས་དགའ་ལྡན་དུ་ཐེབས་པ་ན། བཤུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 ལ་མཁའ་འགྲོའི་ལུང་བསྟན་བྱུང་བ་ལྟར། ཡུམ་ཡུམ་གཉིས་ལ་ཟང་ཟིང་གི་  
 གནང་སྦྱིན་མང་དུ་མཛད་དེ་རབ་དུ་བྱུང་། མཆོན་ཆོས་ཀྱི་རྡོ་རྗེར་བཏགས་  
 དེ་ནས་ལོ་ལྔའི་བར་དུ་སྤྲས་ཀྱི་ཐུ་བོར་བཟུང་སྟེ་མདོ་སྤྲལ་ཀྱི་གདམས་  
 པ་མཐའ་ཡས་པ་སྦྱལ་ཅིང་། ལྷག་པར་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མན་ངག་ཡོངས་རྫོགས་  
 སྦྱལ་པའི་སྤྲལ་པ་བཅས་དང་བཅས་པ་གནང་སྟེ། མི་མེད་དབེན་པའི་གནས་སུ་  
 སྤྱབ་པ་སྦྱིང་བོར་བྱ་དགོས་ཚུལ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་སྤྲལ་ལྡན་རེ་གཉིས་ལ་  
 སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མན་ངག་འདི་དག་སྟོན། གཞན་མ་མན་ངག་འདི་འདྲ་ཡོད་པའི་  
 འཕྲོས་ཅམ་ཡང་མ་བྱེད་ཅེས་བཀའ་རྒྱས་བཏབ་པོ། དེ་ནས་བྱུང་བ་ཆེན་ཆོས་  
 རྡོ་རྗེས་ཀྱང་བཤུ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བཀའ་བཞིན། གངས་དང་། རི་  
 སུལ་དང་། རྒྱལ་སྤོང་དབེན་པ་རྣམས་སུ་འཛོལ་བ་བཀའ་བྱུང་ལ་བཏེན་ནས་  
 སྤྱབ་པ་སྦྱིང་བོར་མཛད་པས། རྣམ་ཞིག་ན་རྗེ་བཅུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་  
 མདོན་སུམ་དུ་གཟིགས་ཏེ། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་གདམས་པ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྦྱལ། ལྷག་པར་སྒྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་སེམས་དཔའ་སུམ་  
 བཅེགས་ཅན་མདོ་སྤྲལ་གཉིས་ཀའི་ལམ་གྱི་གནད་ཆེད་བ་འདི་གནང་།

དེ་ནས་བྱུང་ཆེན་གྱིས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ལ་ཐུགས་དམ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
མཛད་པས། རྗེ་བཙུན་ཕྱག་ན་པརྫོ་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱངས་མེད་པའི་ཞལ་གཟིགས། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་  
མིན་པའི་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འབྱུངས་ཏེ་འཇའ་ལུས་རྫོ་རྗེའི་  
སྐུ་བརྟེན་པར་བྱུང་ཏོ། །

དེ་ནས་བྱུང་ཆེན་གྱིས་རྗེ་སྒྲ་མའི་སྟན་རྒྱུད་འདི་དག་སུ་ཞིག་ལ་གཏད་  
པར་བྱ་སྟམ་དུ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་གཟིགས་པ་ན། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོ་  
ཉིད་སྟན་རྒྱུད་བསྟན་པའི་བདག་པོར་འབྱུར་བ་མཐུན་ནས། དབེན་ས་པ་  
ཆེན་པོ་དགྲུང་ལོ་བཙུ་བདུན་བཞེས་པའི་སྐབས་འབྱུམ་བུའི་སྟན་གཞིས་  
དབེན་ས་ན་བཞུགས་ཡོད་པར། བྱུང་ཆེན་ཆོས་རྫོ་རྗེས་སྒྲོ་བྱང་དུ་ཕེབས་  
ཏེ། ཟབ་དོན་གྱི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པ་ཁོ་བོ་ལ་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་མཆོན་  
ཕྱིར་ཏེན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ཞལ་འདོན་མཛད་ཅིང་བསོད་སྟོམས་སྒྲོང་བའི་  
ཚུལ་མཛད་པ་ན། དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་བྱང་གསུང་གི་གདངས་ཐོས་ཅམ་  
ཉིད་ནས་དད་པའི་སྐུ་ལོང་གཡོས་ཤིང་། རྟོགས་པ་མཆོག་བརྟེན་པ་ཞིག་  
ཡིན་པར་དགོངས་ནས་ནང་དུ་སྐྱུན་བྱངས་པ་ན། དགེ་སློང་སྐུ་ར་དཀར་པོའི་  
ཨག་ཆོམ་ཡོད་པ་ཕྱག་དར་ཁོད་གྱི་ཆོས་གོས་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་གཟི་བྱན་  
ཆེ་བ་ཞིག་འདུག་པ། འདི་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་གོར་མ་ཆག་  
གོ་སྟམ་དུ་དགོངས་ནས་ཞིབ་ཏུ་བཞུགས་པ་ན། རྗེ་སྒྲ་མའི་སྟན་རྒྱུད་ཡོངས་  
རྫོགས་འཛིན་པའི་བྱུང་ཆེན་ཡིན་པར་མཐུན་ནས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་

གསོལ་བ་བཏབ་པས། དགྲེས་བཞིན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། དུས་ཆོད་འདི་ག་  
ཅམ་ལ་རྩོམ་ལྷ་རིམ་ཞོག་གསུངས་ཏེ་ཕེབས། དེ་ནས་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་  
ཀྱང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་བཀའ་བཞིན་དུས་ལས་མ་ཡོལ་བར་རྩོམ་ལྷ་རིམ་ཕེབས་  
པས། རྩོམ་ལྷ་རིམ་མགྲལ་མགར་མོ་ཆོས་རྩོད་དུ་ཞལ་མཇུག། ཆོགས་གྱི་  
མཆོད་པ་དང་མཆུལ་བཅས་ཅི་འབྱོར་ཕུལ་ཏེ། གདམས་ངག་ཁྱུས་པ་ན་མདོ་  
སྒྲགས་གྱི་ཆོས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། ལྷག་པར་རྩེ་སྒྲུབ་ལའི་སྟོན་རྒྱུ་གྱི་མན་  
ངག་ཡོངས་རྩོགས་སྤྱལ་པའི་སྒྲེགས་བམ་དང་བཅས་པ་གནང་ངོ། དེ་ཡང་  
རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་སྐྱེ་གཞོན་ཀུའི་དུས་ནས་སྟོན་པ་ཐུབ་  
པའི་དབང་པོ་དང་། རྩེ་སྒྲུབ་མས་ཡང་ཡང་ཞལ་བསྟན་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
ཞིང་། ལྷག་པར་ཀུབ་ཅིག་རྩེ་སྒྲུབ་མས་དབུ་ཞུ་གནང་སྟེ་སྟོན་རྒྱུ་དཔེ་བསྟན་པའི་  
བདག་པོར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་པ་ཞེས་པའི་དུས་  
ན་ཀུབ་ཅིག་སེག་རིམ་ཅེ་ནས་སྒྲུབ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་ཞིག་ཤར་བྱུང་  
བས། རང་ཉིད་གྱི་སྐྱེ་ལ་དར་དཀར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་དོར་  
བྱིལ་འཛིན་པས་སྒྲུབ་དེ་ལ་བཞུགས་ཏེ་བྱིལ་བྱ་གསེལ་བའི་སྤྱོད་འཛིན་ཏེན་  
གྱི་ཁམས་བྱུང་བ་ཞིག་མེས་གསུངས་ཏེ། རྩེ་སྒྲུབ་ལའི་སྟོན་རྒྱུ་དར་ཞིང་རྒྱས་  
པར་མཛད་དེ་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད་སྤྱུས་གང་བར་མཛད་  
པའི་ལྷས་སུ་མདོན་ཞིང་། དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་སྒྲུབ་ཀྱི་བཀའ་  
བཞིན་དབེན་གནས་དུ་མར་སྒྲུབ་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོན་སྣེ་ལམ་ཐུན་མོང་  
དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་རིམ་པ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་

པས་རྟོགས་པ་མཆོག་བརྟེན་ཏེ། རང་དང་གཞན་གྱི་ཆེ་རབས་བརྒྱ་སྟོང་  
 ཏུ་མ་མཐུན་པ་དང་། རྩ་འབྲུལ་ཡ་མ་བྱུང་ཏུ་མ་སྟོན་པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་  
 དང་། བརྒྱད་སྟོང་པ་སྤྲི་ཏའི་སྐད་ཏུ་འདོན་པ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་  
 པའི་རྣམ་ཐར་དང་ལྡན་ཞིང་། རྗེ་སྤྲེའི་སྟན་རྒྱུད་གྱི་བསྟན་པའི་བདག་པོར་  
 བྱུང་ཏོ། །

དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྟོན་དུས་ཀྱི་མི་  
 ལ་རས་བ་དང་། །ད་དུས་ཀྱི་སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ་ལ། །འབྲུལ་ཆས་ཀྱི་བས་གོས་  
 མ་གཏོགས་པ། །ཁོར་དངོས་པོའི་འཛིན་པས་དགོས་པ་མེད། །ཆེ་གཅིག་ལ་  
 སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པ་ལ། །དེ་འབྲའི་སྟོན་ལ་ལེགས་གནས་ནས། ། ཆགས་  
 སྤང་སྤངས་པའི་དབེན་གནས་སུ། །དལ་འབྱོར་ལ་སྦྱིང་པོ་ལེན་པར་ཤོག །  
 ཅེས་དང་། གངས་ཅན་ཁོད་ཀྱི་སྐལ་ལྡན་མཆོག་ །སློབ་བཟང་དོན་གྲུབ་ཅེས་  
 བྱས་ཀྱང་། །ལམ་མཆོག་འདི་ཉིད་ཉམས་སྦངས་པས། །ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ། །ཅེས་དང་། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྤྲེའི་ཀྱི་བྱ་བོ་མཆོག་ ། སློ་  
 བཟང་གྲགས་པ་ཞེས་པའི་སྤྲེའི་མ་དེའི། །གསུང་གི་སྦྱིང་པོ་སྟན་རྒྱུད་འཛིན་པ་  
 བློ། །དེང་སང་དུས་ན་ཁོ་བོ་ཅམ་དུ་བས། །ཞེས་གསུངས་། སྤྲེའི་རྣལ་འབྱོར་  
 ལ་བྱགས་དམ་གྱི་སྦྱིང་པོར་མཛད་པ་ནི་ཞལ་ནས། བྱུང་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་  
 ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་རྒྱལ་བ་སློབ་བཟང་གྲགས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་སློབ་བཟང་གྲགས་  
 པའི་རྣམ་སྐྱལ་ཙ་བརྒྱད་སྤྲེའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་གྲུས་པ་ཆེན་  
 པོས་བྱག་འཆའ་ལོ། །དེ་ཡང་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུན་



བཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་བདག་ཉིད་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་  
རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་རྣམ་སྐྱེལ་  
ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པ་ལས། རང་གི་  
གོ་ལུགས་ལ་ཤར་བའི་ཆོས་ལུགས་རྣམ་པར་དག་པ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་  
ཐེང་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོར་བདག་གིས་སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ཏུ་མའི་  
ཞབས་ཀྱི་བརྒྱ་སྟེ་བོར་བསྟེན་ནས། གསུང་གི་སྟོང་པོའི་གནད་ཀྱི་གདམས་  
ངག་ཏུ་མ་ཐོབ་པར་བྱས་ནས་དགོ་སྟོར་ལ་བཅོམ་པར་བྱས་ལ། དེ་ནས་བར་  
སྐབས་ཤིག་དལ་འབྱོར་གྱི་ཏེན་བྱང་པར་ཅན་འདི་ཉིད་དོན་དང་ལྡན་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ་སྐྱུར་ཏུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཅོམ་པར་བྱེད་པ་ལ། མདོ་སྒྲགས་  
ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་པོ་དོན་ཀྱི་གདམས་ངག་བྱང་པར་ཅན་  
སྒྲུ་མ་དམ་པའི་ཞལ་གྱི་བདུད་རྩིའི་སྟོང་པོའི་ཡང་སྟོང་པོ་ཞིག་ལ་དགོངས་  
པ་ཅིག་ཏུ་བྱིལ་ཏེ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ནས་གདེང་ཐོབ་པའི་སྟོང་བ་བྱང་པར་  
ཅན་ཞིག་དགོས་པར་གོ་ནས། རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་  
གྲགས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་རྣམ་སྐྱེལ་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལ་  
གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པ་ལ། ཞེས་དང་། སྒྲུ་མ་ལྟ་ལ་ཅེ་གཅིག་གསོལ་  
བཏབ་པས། །ཡིད་ལ་གང་དྲན་འབྲལ་ལ་ལག་ལེན་ལ། །འགོལ་བ་སྟོན་པ་  
འདྲ་བའི་སྟོང་པས་ནི། །སངས་རྒྱས་སྐྱུར་ཏུ་སྐྱབ་པ་བདག་གི་ལུགས། །ཞེས་  
དང་། སྒྲུ་མ་ལྟ་ལ་ཅེ་གཅིག་གསོལ་བཏབ་ནས། །གང་བྱུང་རྒྱེན་རྣམས་པལ་  
ཆེར་དགོ་སྟོར་གྱི། །ཁྲོགས་སུ་འཆར་བྱིར་སྟོན་སྟོང་ལ་གནས་ནས། །དབེན་

བར་གཅིག་ཕྱར་སྒྲོད་པ་ཁོ་བོའི་ལུགས། །ཞེས་གསུངས། མདོར་ན་སྤྱི་མཐོང་  
 རྣམ་འགྱུར་ལམ་གྱི་སྒྲོག་ཏུ་བྱས་ནས་མདོ་སྤྱི་མཐོང་གཅིག་གའི་ལམ་གྱི་ལུགས་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྟན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་རྗེས་སྤྱི་མཐོང་  
 སྟན་རྒྱུད་འབའ་ཞིག་ལ་ཐུགས་དམ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་མཛད་དོ་ཞེས་གོ་བའི་ཆེད་  
 ཏུ་འདི་ཉམས་ཐུག་གིས་སུ་མཛད་དེ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ལ་ན་མོ། །ཆེ་  
 རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་བཟུང་དུ་གསོལ།  
 འཇམ་དབྱངས་སྤྱི་མཐོང་ཞབས་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ། །དེ་ཉམས་ཐོག་མར་ལམ་  
 ཐུན་མོང་བ་ལ་སྤྱངས་ནས་རྒྱུད་འོས་སུ་གྱུར་པ་ན། སྤྱི་མཐོང་མཉམས་པར་བྱས་  
 རྣམ་རྣམ་པར་དག་པའི་དབང་ལམ་ཟབ་མོའི་རྟེན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱས་ཏེ་ཤེས་  
 པ་སྤྱངས་ནས་དམ་ཆིག་དང་སྒྲོམ་པ་གཟུང་། དེ་ནས་སྐབས་དེ་དང་གཞན་དུ་  
 སྤྱངས་པའི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་ལ་གཅེས་སྤྱི་མཐོང་གྱི་ཐུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱང་  
 བ་གཞིར་བཞག་ནས། ཐུན་བཞིའི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་རིམ་པ་དང་པོ་བསྒྲོམས་  
 ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་སྤྱི་མཐོང་པར་བྱས། དེ་  
 རྣམ་རྫོགས་པའི་རིམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་འཇུག་  
 གི་སྤྱི་མཐོང་བསྐྱབས་ན། མདོ་སྤྱི་མཐོང་རྒྱུད་སྤྱི་མཐོང་དག་གི་གནད་རྣམས་གང་  
 ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་ནས་ཐུབ་པའི་  
 བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རང་གིས་འཛིན་ཅིང་གཞན་ལ་འདྲ་སྤྱི་མཐོང་གྱིས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །རྩམས་པའི་ཀྱི་གསུང་རྒྱུན་སྤྱི་མཐོང་གིས་ཡི་གེར་བཀོད། ཅེས་  
 གསུངས། དོན་དེ་དག་གི་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ནི་རྗེ་སྤྱི་



མའི་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསམས་བཞིན་དུ་བྱོན་པ་ཞིག་  
གོ། །རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་སྦྱིར་སྐལ་ལྡན་དུ་  
མ་ལ་གནང་ཞིང་། ལྷག་པར་མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ལ་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པ་གནང་ངོ། །མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་སྒྲ་མའི་རྣལ་  
འབྱོར་ཉིད་ལ་ཐུགས་དམ་སྟོང་པོར་མཛད་ཅིང་། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོང་  
ནས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་མཛད་ངོ། །སྒྲ་  
མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་གསུང་ཡང་མང་དུ་སྤྲང་ཞིང་། དགོ་  
སྦྱོར་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོང་ནས་བྱེད་དགོས་ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་  
གསུངས་ཏེ། རི་ལྟར་གསུངས་པའི་ཁྱད་སྤངས་རྣམས་གྲིས་ན་མངས་སུ་དོགས་  
པས་སངས་རྒྱས་བཀའ་འབྲུམ་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

མཁས་གྲུབ་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བཤམ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྟོབ་བཟང་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གནང་  
ཞིང་། རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་བཤམ་ཆེན་སྟོབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
གངས་ཅན་གྱི་སའི་ཆ་ཐམས་ཅད་རྗེ་སྒྲ་མའི་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱིས་ཁྱབ་པར་མཛད་།  
ལྷག་པར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མ་མཆོད་  
པའི་ཆོ་ག་འདི་མཛད་ནས་སྐལ་ལྡན་མཐའ་ཡས་པ་ལ་གནང་བས། ལུབ་ཇ་  
ལྟར་ནས་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་མཐའ་ལ་ཐུག་གི་བར་དང་། རྒྱ་  
མཚོའི་སྒྲིང་བར་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཚུན་ཆད་དུ་ཡང་ཁྱབ་སྟེ། འཛིན་མའི་ཁྱོན་མ་  
ལུས་མན་ངག་མཆོག་འདིས་ཁྱབ་པའི་བཀའ་བློན་འདི་མཛད་ངོ། །རྗེ་བཙུན་

སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སྤྲས་ཀྱི་བྱ་བོ་བྱུང་བའི་དབང་ཕྱུག་མང་  
 དུ་ཡོད་ཀྱང་། གདམས་ངག་འདི་སྒྲེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བཀའ་བབ་པ་ནི་  
 རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་ཏེ། རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་དགོན་མཆོག་  
 རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གདམས་པ་འདི་ཉིད་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ཅིང་།  
 གཞན་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་སྒྲེལ། ལྷག་པར་བདག་གི་མཁན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་བཅ་  
 ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྗེ་བཙུན་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་དཔལ་བཟང་པོ་དེ་ཉིད་  
 ལ་གདམས་པ་འདི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གནང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 དེ་ཉིད་གྱིས་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ཅིང་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་མཐའ་  
 ཡས་པ་ལ་གནང་བ་ལས། འཕྲིན་ལས་སྒྲེལ་བའི་བཀའ་བབ་པ་ནི་རྡོ་རྗེ་འཛིན་  
 པ་སྒོ་བཟང་རིག་གྲོལ་ཏེ། རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་གདམས་པ་འདི་ཐུགས་  
 དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ཅིང་སྐལ་ལྷན་མཐའ་ཡས་པ་ལ་གནང་། བཀའ་རིན་  
 མཚུངས་མེད་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་སྒོ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་བཅ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དེ་ཉིད་ལ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་  
 ཡས་པ་དང་། ལྷག་པར་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་གདམས་པའང་གསན་ཀྱང་།  
 ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདིའི་སྤྱིང་བྲིད་མན་  
 ངག་ཞལ་ཤེས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་རྡོ་རྗེ་འཛིན་པ་སྒོ་བཟང་རིག་གྲོལ་ལ་  
 གསན། རྗེ་སྒྲ་མ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ནི་ལམ་གྱི་ལུས་རྫོགས་  
 པའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ཅིང་།  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་མཐོན་པོར་གཤེགས་པ་ཞིག་གོ། །སྒྲ་མ་བདག་ཉིད་

ཆེན་པོ་དེ་ལ་བདག་གིས་ཆོས་འདིའི་བཀའ་ངོན་ལན་མང་དུ་ཐོབ་པོ། །

དེས་ན་རྗེ་བཙུན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཞལ་ནས། མདོ་རྒྱུད་  
ཀྱི་རྒྱབ་བཏེན་དཔུང་ཆེ་ཞིང་། །གདམས་ངག་གི་ནང་བུན་ཚུད་པ་ཡི། །བྱིན་  
རྒྱལ་ས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་མ་ཉམས་པའི། །མཆོན་ལྡན་གྱི་རྗེ་བཙུན་བསྟན་པས་  
འཆོངས། །ཐར་འདོད་ཀྱི་སྐལ་ལྡན་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་། །ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་  
ཞལ་གཟིགས་བཞེད་ན། །སྐམ་བཤའ་ཀྱི་ཐ་སྟོན་མཁན་པོ་དང་། །ཐོས་ཚུང་  
གི་སྐམ་སྟོམ་མ་ཡིན་པའི། །ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་རྗེ་ལ་སྟོ་སྟོང་གཏོད། །ཤུགས་  
བཀ་གི་བསག་སྦྱང་ཡུན་དུ་སྤིངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐུབ་དབང་རྟོ་  
རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ནས་བཟུང་དམ་པ་བར་མ་ཆད་པ་ཁས་བརྒྱུད་པའི་ལམ་  
ཀྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གདམས་པ་ཡིད་ཆེས་ཁུངས་ལྡན་འདི་ལྟ་བུ་  
ཉིད་པར་དཀའ་བས་ན། རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་  
སྟོ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་དཀའ་ལྡན་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
ཐར་པ་བཟང་པོའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

## གདམས་ངག་གི་ཆེ་བ་བཤའ་པ།

གཉིས་པ་གདམས་པའི་ཆེ་བ་བཤའ་པ་ནི། གཞུང་ཉིད་ལས།

དེ་ཡང་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་གཞི་ཏེན། ལེགས་ཆོགས་མ་ལུས་པའི་འབྱུང་གནས། མཆོག་

དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་མཐའ་ཡས་པ་ཀུན་གྱི་ཅ་བ། ཐེག་པ་  
མཆོག་གི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་སྦང་བར་བྱ་བའི་  
མན་ངག་མཐའ་དག་གི་གནད་བསྡུས་པ་ནི། རང་ལ་ལམ་སྟོན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་དགོ་བའི་བའི་བའི་བའི་སྤེལ་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
བསྟེན་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། མན་  
ངག་ཐམས་ཅད་བསྡུས་པའི་འགོ་ནི། །བའི་སྤེལ་གཉེན་དམ་པ་མི་  
གཏོང་བ་ཡིན། །དེ་ལས་དད་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་སོགས། །ཡོན་  
ཏན་ཀུན་འབྱུང་ཀུན་གྱི་གཏེར་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། །རྗེ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་།

དེ་ནས་འདི་སྟེང་ལེགས་ཆོགས་རི་སྟོན་པའི། །  
ཏེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འགྲིག་པའི་ཅ་བ་ནི། །  
ལམ་སྟོན་བའི་སྤེལ་གཉེན་དམ་པ་འབད་པ་ཡིས། །  
བསམ་དང་སྦྱོར་བས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་བྱ། །  
མཐོང་ནས་སྟོག་གི་སྟེང་ཡང་མི་གཏོང་བར། །  
བཀའ་བཞིན་སྦྱབ་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱེད། །  
རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །

ཐར་འདོད་བྲིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་ལོ། །  
ཞེས་དང་།  
འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་དགོ་ལེགས་གྱེ། །  
ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཅ་བ་བྲིན་ཅན་རྗེ། །  
ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་པ་ལས་ཀྱང་།  
དངོས་གྲུབ་སྟོབ་དཔོན་རྗེས་འབྲང་ཞེས། །  
རྟོ་རྗེ་འཇིན་པ་ཉིད་གསུང་བར། །  
ཤེས་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱེ། །  
སྒྲ་མ་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱ། །  
ཞེས་དང་། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱུད་པ་ལས་ཀྱང་།  
སྟོབ་མ་བཟང་པོ་སྒྲ་མར་གྲུས་ལྟན་དེ་དག་གིས། །  
སྒྲ་མ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་བརྟེན་པར་བྱ། །  
ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་འབྱུང་། །  
དེ་དག་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་རྗེས་སུ་སྟོན། །  
སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་དགོ་བའི་བཤེས་ལ་བསྟེན་ཏོ་

ཞེས། །



ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་མཆོག་མངའ་རྒྱལ་བ་དེ་སྐད་གསུང་། །

ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།      དེ་བས་ན་སྟོབ་པའི་ཆོག་ས་  
གསོག་པ་དང་། སྟོབ་པ་སྟོང་བའི་ཞིང་དུ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ལས་ཀྱང་རྗེ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་ལྷག་སྟེ། སྟོམ་འབྱུང་ལས།

འདི་ནི་རང་འབྱུང་བཙུམ་ལྷན་འདས། །

ལྷག་པའི་ལྷ་ནི་གཅིག་བྱ་ཉིད། །

མན་ངག་རབ་ཏུ་སྟེར་བའི་བྱིར། །

རྗེ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་དེ་བས་ལྷག།

ཅེས་གསུངས་སོ། །རྒྱ་མཆོན་དེ་ལྟར་ན། ལམ་གྱི་གནད་  
ཆང་བའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་སྟོམ་པ་ནི་དལ་འབྱོར་ལ་སྟོང་པོ་  
ལེན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་པས། འདི་ལྟར་ཉམས་སུ་  
སྤང་བར་བྱའོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ།      དེ་དག་ནི་གོ་སྒྲ་བ་དང་ཆོག་རེ་རེ་ནས་ཞིབ་ཏུ་  
བཤད་ན་མངས་སུ་དོགས་པས་མ་སྟོས་ཤིང་། མདོར་ན་འཁོར་བའི་གནས་  
ན་ཡོད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་སྤྲ་མོ་ཞིག་ནས་བཟུང་ཐར་པ་སྒྲ་ན་མེད་  
པའི་བདེ་བ་མཆོག་གི་བར་བདེ་བ་རྗེ་སྟོང་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ས་  
ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་



པའི་མཐུ་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྒྱུར་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལས་  
འབྱུང་བར་མ་ཟད། གདམས་ངག་འདིར་ནི་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀྱི་ལམ་  
གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་པས། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གྱི་  
འགོ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་གི་བར་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་  
ཅད་འདིར་ཆང་བས་ན། བསྟེན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྫོགས་པའི་ཆེ་  
བ། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ། རྒྱལ་བའི་  
དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྫོང་བའི་ཆེ་བ། ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་  
འགྲོ་བའི་ཆེ་བ་བཞི་ཡང་འདིར་འབྱུང་ངོ། ། སྒྲོ་སྦྱོང་དོན་བདུན་མའི་གནད་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདིར་ཆང་བས་ན་སྒྲོ་སྦྱོང་གི་ཆེ་བ། རྡོ་རྗེ་ཉི་མ་སྒྲོན་ཤིང་  
བཞིན། །གཞུང་དོན་ལ་སོགས་ཤེས་པར་བྱ། །མན་ངག་བདུད་ཅིའི་སྦྱང་  
པོ་འདི། །གསེར་སྦྱང་པ་ནས་བརྒྱུད་པ་ཡིན། །སྟོགས་མ་ལྟ་པོ་བདོ་བ་  
འདི། །བྱང་ཆུབ་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཆེ་བ་རྣམས་  
ཀྱང་འདིར་འབྱུང་ངོ། །ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་གནད་རྣམས་ཀྱང་ཆང་བས་ན་  
སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་བ་དང་ཡོན་ཏན་རི་སྟོང་ཅིག་གསུངས་  
པ་རྣམས་ཀྱང་འདི་ལ་ཡོད་ངོ། །

དེ་ལྟར་ན་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་ཅིང་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྣམ་  
དཔྱེད་དང་ལྡན་པ། ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་ལ་སྐྱར་བ་སྐྱར་བར་བཀྲོད་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལྟ་བུའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་ལ་འབད་པར་རིགས་

སོ། །གདམས་པ་འདི་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལ་རྟེན་ཅི་འབྲ་བ་ཞིག་དགོས་སྟུང་  
ན། ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱུད་ལེགས་པར་སྦྱངས་ཤིང་། བདེ་གསང་འཛིགས་  
གསུམ་གང་རུང་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་དབང་བཞི་ཡོངས་སྲུ་རྫོགས་པར་ཐོབ་  
པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་སྒྲོམ་པའི་ཆེ་རང་ཉིད་ལྟའི་རྣལ་  
འབྱོར་དང་། སྒྲོད་བཅུད་དག་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་མོས་པ་དང་། ཆོགས་  
ཞིང་གི་གཙོ་བོ་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་རྟོ་རྩེ་འཆང་སེམས་དཔའ་སྲུམ་བཙེགས་  
ཅན་འདུས་པའི་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ལྟ་ཆོགས་དང་། འཁོར་དུ་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞིའི་  
དཀྱིལ་འཁོར་དང་བཅས་པ་གསལ་འདེབས་པ་དང་། སྒྲ་མེད་ནས་བཤའ་  
པའི་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཤིན་ཏུ་གསང་བ་རྣམ་འབྱུང་  
བ་དང་། ལམ་རིམ་པ་གཉིས་སྒྲོམ་ཚུལ་བཅས་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལྟ་བུའི་  
སྒྲ་མེད་ཀྱི་གསང་བ་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་ཉན་པ་དང་སེམས་པ་དང་སྒྲོམ་  
པ་ལ་དབང་བཞི་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་དགོས་ཀྱི། དབང་མ་ཐོབ་པར་གསང་  
སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཤུ་མོ་རེ་ཡང་བསྟན་དུ་མི་རུང་བར་གསུངས་  
ཏེ། དཀྱིལ་འཁོར་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་ཡང་དེང་སྟོང་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་ཀྱིས་རྫོབ་པར་འགྱུར་གྱི། སྟོང་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གསང་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི། དཀྱིལ་  
འཁོར་དུ་མ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱ་བར་མི་བྱ་ཞིང་། མ་དད་པ་རྣམས་  
ལའང་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། དེང་སྟོང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རིགས་སྲུ་ཞུགས་ཀྱིས། དེས་ན་ངས་སྟོང་ལ་རྟོ་རྩེ་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་

བྱ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་གང་གིས་སྤྱོད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དངོས་  
 གྲུབ་རྣམས་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར་ན་དངོས་གྲུབ་གཞན་རྣམས་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་  
 ཅི་དགོས། སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་  
 སྤྲོ་བར་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱོད་དམ་ཆོག་ཉམས་པར་གྱུར་ཏེ། འདི་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་དམ་  
 ཆོག་གི་དོ་རྩེ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཚུལ་འདི་སྤྱི་ཡང་རུང་བ་ལ་སྤྲོས་ན་འདིས་སྤྱོད་ཀྱི་  
 མགོ་བོ་འགོམས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་དབང་མ་ཐོབ་པ་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱི་  
 གཟུགས་མིག་ལ་སྟོན་པ་ཙམ་ཡང་བྱས་མེད་པའི་དམ་གཞག་དེ་ལྟ་བུ་མཛད་  
 བ། དབང་མ་ཐོབ་པ་ལ་སྤྲོས་ཀྱི་གསང་བ་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་བསྟན་དུ་  
 མི་རུང་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། དེ་ལྟར་ཡང་བཤད་རྒྱུ་དོ་རྩེ་ཐོང་བ་ལས། དབང་  
 བསྐྱར་བ་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ། །དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཏྲག་ཏུ་གནས། །ང་ཡིས་རི་  
 བཞིན་དོན་བཤད་ཀྱིས། །དེ་ཕྱིར་ཐོག་མར་ཡང་དག་ཉོན། །ཐོག་མར་སྟོབ་མ་  
 གང་གི་ཆོ། །སྟོན་ལང་དག་དབང་བསྐྱར་ན། །རྫོགས་པའི་རིམ་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལ། །དེ་ཡི་ཆེ་ན་སྟོན་དུ་འགྱུར། །ཡང་དག་དབང་བསྐྱར་ཀྱིས་དབེན་  
 བ། །སྤྱོད་པོས་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ཤེས་ཀྱང་། །སྟོབ་དཔོན་སྟོབ་མ་མཚུངས་པར་  
 བློ། །མི་བཟད་དཔུལ་བ་ཆེན་པོར་འགོ །ཞེས་དང་། རི་ལྟར་སེང་གའི་འོ་མ་  
 བློ། །ས་ཡི་སྟོན་དུ་གཞག་མི་བྱ། །དེ་བཞིན་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་རྒྱུ། །སྟོན་  
 མིན་དག་ལ་སྦྱིན་མི་བྱ། །སྟོབ་མ་སྐད་ཅིག་དེ་ལ་འཆི། །འདི་དང་པ་རོལ་ཏུ་  
 བློ་བྱང་། །ཞེས་དང་། ཐུག་ཆེན་ཐེག་ལེ་ལས་ཀྱང་། དང་པོར་རེ་ཞིག་གང་ཆེ་  
 སྟོབ། །ལན་ཅིག་དབང་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བསྐྱར། །དེ་ཆེ་གསང་ཆེན་བཤད་པ་

ཡི། །དེས་པར་སྒྲོང་དུ་གྱུར་པའོ། །དབང་མེད་ན་ནི་དངོས་གྲུབ་མེད། །བྲེ་མ་  
 བཅོར་ལ་མར་མེད་ལྟར། །ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་གནས་  
 དབང་མ་ཐོབ་པ་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་གསང་བ་བསྟན་དུ་མི་རུང་བའི་དམ་གཞག་  
 ཞིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཛད་དེ། རྒྱུད་སོ་སོའི་ཁུངས་རྣམས་དངས་ན་མངས་སུ་  
 དོགས་པས་རྒྱུད་ཉིད་ལ་བསྟན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །མདོ་སྒྲགས་གཉིས་  
 ཀའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྤྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདིའི་སྒྲོང་རུང་  
 དུ་སྦྱབ་པ་ལ་དབང་ཡང་རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་གྱི་དབང་ཐོབ་པ་ཅམ་གྱིས་  
 མི་ཆོག་གི། །སྤྲ་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་དེས་པར་ཐོབ་པ་ཞིག་དགོས་  
 སོ། །དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་བུ་མོང་བས་རྒྱུད་ལེགས་པར་  
 སྦྱངས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། བཤད་རྒྱུད་དོ་རྩེ་སྤེང་བར་ཕྱག་ན་དོ་རྩེས་སྟོན་  
 པ་བྱུང་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་ལ། སྟོབ་མ་ཡོན་ཏན་གང་ལྡན་ན། །རྣལ་  
 འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོང་དུ་འབྱུང། །ཞེས་སྤྲ་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་སྟེ་  
 དབང་བསྐྱར་བ་ལ་ཡོན་ཏན་རི་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཁྱེས་པ་  
 བ། དད་ཅིང་སྤྲ་མ་ལ་ཡང་གྲུས། །ཏྲག་ཏུ་དག་བའི་ལས་ལ་གནས། །རྟོག་  
 པ་ངན་པ་རྣམ་པར་སྦྱངས། །ལུང་ནི་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། །གསོད་པ་དང་ནི་  
 འཆེ་བ་སྦྱངས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་གདོན་པའི་སྟོས། །ཀྱུན་ཏུ་བཅོམ་དང་  
 ཡང་དག་ལྡན། །དེ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡན། །དད་པ་ཆེན་པོའི་སྟོབ་  
 མ་བཟང་། །ཞེས་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་སྟོང་པ་སྟེ་བསྐྱབ་  
 བར་གྱི་ལམ་བུ་མོང་བ་ལ་སྦྱངས་ནས་སྟོང་བ་ཐོན་པ་ཞིག་དང་། དེའི་སྟེང་

དུ་ལྷག་པར་སྒྲུབ་པ་དང་སྒྲགས་ལ་ཞིན་ཏུ་དད་པ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས།  
རྒྱུད་ཀྱི་ཆོག་རེ་རེ་ནས་བཀའ་ཏེ་ལམ་སྟོན་མོང་བ་རྣམས་སྟོན་དུ་འགོ་  
དགོས་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་ཞེས་པ་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེན་འདྲ། འདིར་ཡི་གེ་མངས་སུ་  
དོགས་པས་སྟོན་གོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་ལ་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་ནས་  
ངེས་པ་རྟོག་པར་བྱའོ། །

ངེས་ན་དལ་བའི་རྟོན་ལ་སྟོང་པོ་ལེན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་  
མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་གནད་མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲུབ་ལྟའི་  
རྣལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ཡིན་པས། འདི་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཀྱི་གདམས་  
པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འབད་པ་ཆེན་པོས་བཙུང་ལ་ལ་སྟོན་དམ་ཀྱི་མཐེལ་  
དུ་གཟུང་ངོ། །

གསུམ་པ་གདམས་པ་དངོས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ་གཉིས།

སྟོན་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། སྟོན་མཆོམས་སུ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་སྟོན་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ལ་གསུམ།

སྟོན་འགོ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཐུག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །



## དང་པོ་སྡོན་འགྲོ་ལ་གཉིས།

སྡིའི་སྡོན་འགྲོ་དང་། བྱེད་པར་གྱི་སྡོན་འགྲོ་ལོ།

## དང་པོ་སྡིའི་སྡོན་འགྲོ་ལ་གཉིས།

ཀྱན་སྒྲོང་བཙུག་པ་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ཀྱན་སྒྲོང་བཙུག་པ་ལ་གང་དུ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་  
གནས་ནི།

དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེའུ་བཙུག་གཉིས་པ་ལས། དགོན་  
པ་ཆེན་པོའི་ས་སྤྱོད་གསུམ། །མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན། །རི་བོ་  
དཔེན་པའི་ས་སྤྱོད་གསུམ། །དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་བསྐྱབ། །ཅེས་  
དང་། བཤད་རྒྱུད་དོན་རྗེ་སྤེང་བ་ལས་ཀྱང་། མེ་ཏོག་འབྲས་བུ་ཚུ་ཡིས་  
བརྒྱན། །སྡེ་བོས་དཔེན་པའི་རི་ཡི་ཅེར། །དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་  
པ་ནི། །འབད་པ་ཡིས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། སྡེ་བོས་དཔེན་པའི་  
སྡེ་ཡི་གནས། །སྡེ་ཡི་ཆེར་མ་རྣམས་དང་བཅས། །བགོགས་མེད་སྐལ་བཟང་



ཉམས་དགའ་བ། །སྐྱེད་མོས་ཚལ་ཞི་བདེ་བ་ཆེ། །འདོད་པ་ལྡེ་ལ་ལོངས་སྐྱོད་  
པས། །སྒྲགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་འབྱུང་པར་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། གཞན་  
ཡང་རྒྱུད་སྡེ་མཐའ་དག་ནས་སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་ལ་གནས་དབེན་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་  
ཆེ་བར་གསུངས་ཤིང་། །ལྷག་པར་དབྱང་བཟང་གིས་ཁྱེས་པའི་རྒྱུད་ལས།  
རང་སངས་རྒྱས་དང་བདེ་གཤེགས་ཉིད་སྐྱེས་དང་། །རྒྱལ་བ་སྟོན་ཆད་གང་  
ན་བཞུགས་པ་ཡི། །གནས་གང་བསོད་ནམས་ལྡན་ཞིང་ཡིད་དགའ་བ། །ལྷ་  
དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་ཕྱག་བྱས་མཆོད། །གསོ་སྦྱོང་སྟོམ་པ་དང་ནི་ལྡན་པ་  
ཡིས། །བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྱ། །དེ་ལྟ་བུ་དག་མ་རྟོག་  
གཞན་ཡང་ནི། །ཆུ་བོ་ཆུ་རྒྱུང་འབབ་ཆུ་ཡོད་པ་དང་། །བརྒྱ་ལྷན་ལས་ནི་  
བརྒྱན་པའི་མཆོ། །སྐྱེ་བོ་ནམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མི་རྒྱ་བ། །དྲང་ཞིང་ཞིམ་པའི་ཆུ་  
ནི་མང་བ་དང་། །མི་བཟང་གཞོན་ནམས་ཀྱང་ནི་མི་གནས་པ། །མེ་ཏོག་འབྲས་  
བྱ་གཙང་མ་ཡོད་པ་དང་། །སྐྱོན་སྦྱོངས་སྦྱོན་ཤིང་སྐྱོ་ཆོགས་འབྲིགས་པ་དང་།  
ས་སྟེང་གནས་མལ་ཤིན་ཏུ་གཙང་པ་དང་། །གང་ན་སྟག་གཟིག་སེང་གེ་མེད་  
པ་དང་། །ཡིད་འོང་མཉམ་ཞིང་ཆེར་མ་མེད་པ་དག །མི་ཡི་དངོས་བྱུང་གནས་  
སུ་བསྐྱགས་པ་ཡིན། །ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གང་དུ་འཁྱུངས་པ་དང་།  
གང་དུ་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་པའི་གནས་དག་དང་། །རྒྱལ་སྐྱས་བདག་ཉིད་  
ཆེན་པོ་དག་གིས་བརྟེན་ཅིང་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པའི་གནས་དག་ནི་གཙོ་བོ་  
དང་། །དེ་ལྟ་བུའི་གནས་བཟང་པོ་མ་རྟོག་ཀྱང་ཆུ་ཤིང་དང་མེ་ཏོག་འབྲས་བྱ་  
མོད་པ་དང་། །སྐྱེ་བོའི་རྒྱུ་འབྱུང་ཉུང་བས་ཤིན་ཏུ་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་

དང་། མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་མི་གནས་ཤིང་། ལུས་སློག་ལ་གཞོད་པའི་  
 རྒྱུན་མེད་པའི་ནགས་ཀྱི་སྒྲན་སྒྲོངས་ལྟ་བུར་གནས་ནས་སྐྱབ་པ་བྱ་དགོས་པ་  
 དང་། གཞན་ཡང་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞུགས་ཤིང་སྐྱབ་པ་མཛད་  
 པའི་གནས་རྣམས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བའི་ས་རྒྱལ་པོ་ཆོས་  
 བཞིན་སྦྱོང་བ། ལུས་སློག་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱུན་མེད་པ། རང་གི་ཡིད་དང་  
 མཐུན་པ་རྣམས་གལ་ཆེ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་གྲོང་ལ་སོགས་པ་གང་  
 བྱང་དུ་གནས་པས་མི་ཆོག་པར་དབེན་པའི་གནས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་  
 ཞིག་ཏུ་གནས་དགོས་པ་ན། དབེན་པའི་གནས་སུ་གནས་ན་གཙོ་བོར་འདུ་  
 འཛིའི་གཡེང་བ་སོགས་དགོ་སྦྱོར་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་དང་། ལམ་ལས་སྦྱོང་  
 ཆེ་བ་ཞིག་འབྱུང་ལ། ཕྱག་མཆོད་སོགས་དགོ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་དབེན་པའི་  
 གནས་སུ་བྱས་པ་སྟོབས་ཆེ་བར་གསུངས། དེ་འདྲ་བའི་ཡིད་མཐུན་གྱི་དབེན་  
 པའི་གནས་སུ་སྦྱིལ་པོ་འཕ། ཕྱག་སོགས་རང་གང་དུ་འདུག་སའི་གནས་  
 དེར་ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་བདར་ལེགས་པར་བྱས་ལ་གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་  
 བ་བྱ། བ་བྱང་ལྗེའི་བྱག་པ་དང་མེ་ཉོག་གཙལ་དུ་བཀྲམ་པ་སོགས་ཀྱང་སྐྱབ་  
 ཐབས་རྣམས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ། ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་བདར་བྱ་བ་ནི་ཉོག་  
 ཏུ་དུས་འཕགས་པ་ཆོས་འཕགས་མཆོད་པའི་སྒྲེང་གཞི་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
 གལ་ཆེ་ཞིང་དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་དོ། བ་བྱང་གི་བྱག་པ་ནི་འདུས་པའི་རྩ་  
 རྒྱུད་ལེའུ་བརྒྱད་པར། ས་སྦྱོགས་གཙང་ཞིང་རྣམ་པར་དབེན་པའཕ། །རྒྱལ་  
 ཉིད་སྐྱེས་ཞི་ཞི་བའི་གནས་རྣམས་སུ། །བཤང་གཅི་ཆུ་ལ་སོགས་པས་བྱག་

པའམ། ། རྒྱལ་བ་མཆོད་ཕྱིར་རྟག་པར་རབ་ཏུ་བྱ། །ཞེས་སྒྲུབ་དང་དགྱིལ་  
འཁོར་བའི་ལྷ་ཚོགས་མཆོད་པའི་ཆེ་ས་ཕྱོགས་ཤིན་ཏུ་གཙང་བར་བ་བྱང་  
ལྷའི་བྱུག་པ་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། སྐུ་ཁང་གི་ཕྱོགས་བཞི་  
འམ། སྒོ་བྱང་ངམ། སྒོ་སྟེང་སོགས་གང་འོས་སུ་མཐོ་བཞི་བཅིགས་ལ་རྒྱལ་པོ་  
ཆེན་པོ་བཞིར་བསྐྱེད་ནས་གནས་དེར་ལམ་སྒོམ་པ་ལ་འགལ་རྒྱུ་མི་འབྱུང་  
ཞིང་མཐུན་རྒྱུ་ཆང་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་གྲོགས་བཅོམ། སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་  
དབང་པོ་དང་། རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
སོགས་ཀྱི་སྐུ་དང་། ཤེར་ཕྱིན་ཀྱི་མདོ་དང་། རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་སོགས་ཏེན་  
ཅི་ཡོད་སྟེགས་མཐོ་སར་བཞུགས། དེའི་མདུན་དུ་མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་  
བཅེལ་ལ་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ། རང་གི་མལ་འོག་ཏུ་ས་དཀར་གྱིས་  
གཡུང་བྱང་ཆོས་སྒྲོར་རིས་སུ་བྲིས། དེའི་སྟེང་དུ་རྩ་དུར་བ་མ་འབྲུགས་པར་  
བཏིངས་ལ། སྟོན་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྗོ་རྗེ་གདན་བྱང་ཚུབ་  
ཀྱི་ཤིང་བྱང་དུ་རྩ་དུར་བའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཏེ་བདུད་བྲེ་བ་ཐུག་དུང་ཐུར་  
བྱམས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་བརྟལ་ཞིང་མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་  
བར་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་རྗེས་སུ་བྱན་ནས། སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་རང་གི་ཉམས་  
ལེན་དུ་བྱེད་ཏེ། བདག་གིས་ཀྱང་སྟོན་འདིའི་སྟེང་དུ་གནས་ལ་བདག་འཛིན་  
འགོང་པོ་འཁོར་བཅས་བརྟལ་ཏེ་ལམ་ཐབ་མོའི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་པ་  
ཞིག་བྱའོ་སྟུམ་དུ་ཞེད་དམ་མང་དུ་བྱ། རྩའི་སྟེང་དུ་འཁོལ་སྟོན་འཇམ་ཞིང་  
བདེ་བ་རྒྱབ་ཅུང་ཟད་མཐོ་བ་ཞིག་བཤམ། གནས་དེར་སྐུ་པ་ཡུན་རིང་དུ་

བྱ་བ་ཡིན་ན་སྟན་མི་རུལ་བའི་ཕྱིར་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གིང་གི་བྱ་བ་  
 ཅན་ནམ། དེ་མ་འགྱུར་ཀྱང་སྟན་དང་འོག་སའི་བར་ལ་བར་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད་  
 པ་ཞིག་གྱ།     སྟན་དེའི་སྟོང་དུ་ལུས་གནད་འཆའ་ཚུལ་ནི་རྣམ་སྒྲུང་གི་ཆོས་  
 བདུན་དང་།     རྒྱང་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་དང་བཅས་ལུས་ཀྱི་གནད་བརྒྱད་ལྟན་  
 དུ་བྱ་དགོས་པར་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ས་སྟེ་དང་།     སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་  
 ལ་གྱི་ལས་དབུ་མ་སྟོམ་རིམ་རྣམས་སུ་གསུངས་གིང་།     སྟགས་ཀྱི་ལམ་རིམ་  
 གཉིས་སྟོམ་པའི་སྟབས་སུ་ལུས་གནད་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་ནི།     བཤད་རྒྱུ་  
 རོ་རྩེ་ཐོང་བ་ལས།     སྟབ་པོ་བདེ་བའི་སྟན་འདུག་ནས།     ཁིག་གཉིས་སྟ་ཅེར་  
 གཏད་བྱས་ནས།     སྟ་ནི་སྟེ་བའི་ཐད་དུ་བཞག།     སྟག་གོང་བསྐྱམས་ལ་སྟེ་རྟ་  
 སྟར།     སོ་དང་མཆུ་ནི་བདེ་བར་བཞག།     དབུགས་ཀྱི་འབྱུང་རུབ་སྟོང་ནས་  
 བྱི།     ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ཚུལ་བྱལ་བས།     རིེ་སྟ་བ་བཞིན་འབྱུང་རུབ་ནི།     རོ་རྩེ་  
 སྟེལ་ཀྱང་ལེགས་གནས་པས།     ཁེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།     དོན་དེ་དག་རྒྱལ་  
 བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་ལུས་གནད་སྟོམ་ཆོག་ཏུ་མཛད་པ།     རྟ་པ་ལག་པ་  
 རྟེན་པ་གསུམ།     སོ་མཆུ་སྟེ་རྣམས་བསྟོམས་པས་བཞི།     མགོ་མིག་སྟག་པ་  
 དབུགས་དང་བཞི།     རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན།     ཁེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་གནད་བརྒྱད་དང་ལྟན་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་རྩེ་བཙུན་རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་ཀྱི་བཞུགས་སྒྲུངས་སྟར།     རྟ་པ་  
 རོ་རྩེ་སྟེལ་ཀྱང་གྱ།     ལག་པ་གཉིས་སྟེ་འོག་སོར་བཞི་ཅམ་ཀྱི་ཐད་དུ་གཡོན་  
 འོག་ཏུ་བྱས་གཡས་སྟེང་དུ་བྱས་ལ་མཐེ་བོང་གི་ཅེ་གཉིས་སྟར།     དབུང་པ་



ཐད་ཀར་བསྐང་། ཀལ་ཆིགས་བྲང་པོར་བསྐང་། མགྱིན་པ་ཡིད་ཅམ་དགྲུག  
སོ་དང་མཚུ་རང་བབས་སུ་གཞག། །ལྷེ་ཅེ་ཀན་ལ་སྦྱར་རོ། །དེ་ལྟར་ལུས་  
གནད་བདུན་པོ་དེ་དག་ནི་སྦྱང་ནས་སྦྱབ་པ་བྱེད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་  
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་གནད་དག་ཡིན་ཏེ། མར་པ་ལོ་རྩ་འི་ཞལ་ནས། བོད་ཀྱི་  
མན་ངག་ཐམས་ཅད་བསྐྱེམས་ཀྱང་ཁོ་བོ་མར་པ་ལོ་རྩ་འི་འདུག་ལུགས་ཀྱི་  
མན་ངག་གཅིག་ཤུའི་དོ་མི་བྱབ་ཅེས་ཟབ་བྱུང་ཅན་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་  
མན་ངག་བྱུང་པར་ཅན་དེ་ནི་རྩེ་ལྷ་མའི་སྟོན་རྒྱུད་ལས་འོངས་པའི་མན་ངག་  
འདི་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་གནད་དུ་གཟུང་རོ། །དེ་ལའང་ལུས་གནད་  
དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སྦྱོན་ཅི་བསྐྱེད་དང་།  
དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ཡོན་ཏན་གང་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་དགོས་པ་  
ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡོད་ནའང་འདིར་མཐའ་དག་གིར་མ་རུས་པས་ལྷ་མ་དམ་  
པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ལུས་གནད་བདུན་དང་ལྡན་པར་བྱས་ནས་རྒྱུད་གི་གནད་ནི་  
རྒྱུད་རོ་དགྲུ་ལུགས་སུ་བསལ་བ་འཕ། རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་དལ་བྱས་བརྟགས་ནས་  
ཆམ་ལ་འབེབས་པ་གང་རུང་བྱའོ། །རྒྱུད་རོ་དགྲུ་ལུགས་སུ་སེལ་ཚུལ་ནི། ལྷ་  
བྱག་གཡས་ནས་རྒྱུད་རྩལ་སྟེ་གཡོན་དུ་འབྱུང་བ་དང་། གཡོན་ནས་རྩལ་སྟེ་  
གཡས་སུ་འབྱུང་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ནས་རྩལ་སྟེ་གཉིས་ཀ་ནས་འབྱུང་བ་སྟེ།  
དེ་འདྲ་བ་ལན་གསུམ་བྱའོ། །དེ་དག་གི་ཆེ་ཡང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉེས་སྦྱོན་རྣམས་  
ཕྱིར་འབྱུང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་རྣམས་ནང་དུ་



ལེན་པའི་དམིགས་པ་བྱའོ། །རྒྱུད་གི་རྒྱ་བ་དལ་བྱས་བརྟགས་ནས་ཆམ་ལ་  
 འབེབས་ཚུལ་ནི། ལྷས་གནད་ལེགས་པར་བཅས་པའི་མཆོམས་ནས་རང་གི་  
 རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ཏེ་སེམས་ཆེ་འདིའི་སྒྲུང་ཤས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་འདུག་གམ།  
 འདིག་ཏེན་ཕྱི་མ་དན་ཏེ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་སོང་འདུག་བརྟགས་པ་ནི། ཆེ་འདིའི་  
 སྒྲུང་ཤས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་སྟེ་ཆགས་སྒྲུང་དང་བཅས་པར་འདུག་ན་དེ་ངོ་  
 ཤེས་པར་བྱས་ལ། སྟོང་ན་འདི་འདྲ་བས་བདག་ཆེ་རབས་ཐོག་མེད་ནས་ད་  
 བར་དུ་ཕྱང་དུ་བརྟག་ལ། ད་རེས་དལ་འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་ཡང་ཆུད་  
 ཟ་བར་བྱེད་པས། ད་ནི་སྟོང་ན་འདི་ཡུལ་ནས་འདོན་པར་བྱའོ་སྟུམ་དུ་རྒྱུད་  
 ཕྱིར་འབྱུང་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་  
 ཕྱིར་ནག་སངས་ཀྱིས་སོང་བའི་མོས་པ་བྱ། རྒྱུད་ནང་དུ་རྩབ་པ་དང་མཉམ་  
 དུ་ཕྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཐམས་ཅད་  
 ནང་དུ་བསྐྱུས་པའི་མོས་པ་བྱ། དེ་ནས་རྒྱུད་སྒྲུ་ཅན་དག་ཚོལ་བས་བསྐྱེད་པའི་  
 རྟུགས་ཅན་དང་། རིང་ཐུང་མི་སྟོམས་པའི་རྟོན་བག་ཅན་དུ་མ་སོང་བར་རང་  
 བབས་སུ་བཞག་ལ། བར་རྒྱ་ཚུར་རྒྱ་དལ་བྱས་བརྟག་པར་བྱའོ། དེ་ཡང་རྒྱུད་  
 བར་འགོ་བ་དང་ཚུར་འོང་བའི་ཁྱུག་པ་དེ་གངས་སུ་ཐེན་ནས་སེམས་གཞན་  
 དུ་མ་གཡེང་བར་གངས་བདུན་ཅམ་གྱི་བར་དུ་སེམས་འཛིན་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་  
 ནས་ཡང་བདུན་ཅམ་བགངས་ནས་འཛིན། དེ་ནས་ཡང་བདུན་ཅམ་བགངས་  
 ནས་འཛིན་ཅིང་། རིག་པ་དྲངས་སྟོགས་ཕྱེ་ནས་སེམས་གསལ་རིག་གི་ངང་  
 དུ་གནས་ཅི་ཐུབ་བྱའོ། །ལྷས་གནད་ཀྱི་སྟོར་འདི་ལ་ལམ་གྱི་གནད་ལས་

བརྩམས་ཏེ་གལ་ཆེ་ཞིང་དགོས་པ་ཆེ་བའི་གནད་ཀྱི་དོན་བཤད་པར་བྱ་བ་  
མང་དུ་སྒྲུང་ནའང་འདྲིར་མཐའ་དག་གིས་མ་ལང་ཞིང་། གནད་འགའ་ཞིག་ནི་  
དགའ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྲིད་ཡིག་ཏུ་བྲིས་བྲིན་རྟོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུང་ཆམ་ལ་ཕབ་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ཏེ་ཀུན་སྒྲོང་  
བཅོས་ནས་དག་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །རང་རྒྱུད་  
ལ་བརྟགས་ནས་ཀུན་སྒྲོང་བཅོས་པ་འདི་སྒྲོམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མ་ཆོས་  
ཀྱི་དབུའི་རྒྱ་གར་སྐད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པས་དྲི་བ་ལྟག་  
བསམ་རབ་དཀར་དུ་སྒྲོམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མ་རྒྱ་གར་ཀྱི་སྐད་འདྲ་བ་  
དེ་གང་ཡིན་ཞེས་དྲི་བ་མཛད་པ་ན། དེའི་དྲིས་ལན་སྒོ་བཟང་བཞད་པའི་སྒྲ་  
དབྱངས་ལས། སྒྲོམ་རྣམས་ཀུན་ཀྱི་དང་པོའི་འགོ་ །རྒྱ་གར་སྐད་མཚུངས་  
རང་རྒྱུད་ལ། །ལེགས་པར་བརྟག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། །སྒྲ་མེད་སྒྲ་མ་མཆོག་དེ་  
བཞེད། །ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གསུངས་  
ཏེ། དྲི་བ་ལྟག་བསམ་རབ་དཀར་ལས། དེའི་དོན་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱུད་སྒྲོང་  
དུ་འགོལ་ན་འདི་ཡིན་ཏེ། གནས་དབེན་པར་ལུས་དང་པོར་བསྐྱངས་ནས་སྒོ་  
ཁ་ནང་དུ་སྒྲོགས་ཏེ་ལེགས་པར་བསམ་པའི་ཆོ། ག་ནང་སྒྲོན་ཆད་ཐོག་མ་  
མེད་པའི་འཁོར་བའི་མལ་གཏིང་འདྲིར་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཟུག་གཟེར་འདི་ཙམ་  
པ་དུས་རྒྱུན་དུ་སྒྲོང་བར་རང་རིག་གིས་བྱུང་བ་འདི་འདྲ་བར་གྱུར་འདུག་པ།  
ད་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སུ་དེང་ནས་རང་མི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཅི་ནས་བྱ་དགོས། དེ་  
ལྟར་མ་བྱས་ན་ང་སྒྲོང་རུལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོང་བ་སྒྲོང་བ་མཁལ་མའི་ཟུག་གཟེར་

ཆོར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ལ་དང་པོར་འབད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཏུ་དགལ། འདི་ལ་སྤྱིང་བ་མ་སྐྱེས་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ཟབ་མོ་  
 སླེམས་ཇི་ཙམ་བསྟན་ཅིང་གོ་མོད་ཀྱང་། སྤར་ལྟར་འབྲུག་སྟེང་གི་ཚུ་དང་  
 མཚུངས་པར་འགྲོ་སྟེ། དཔེར་ན་ཚུ་འཐུང་འདོད་མེད་ན་འཐུང་བའི་རྩོལ་བ་མི་  
 བྱེད་པར་སྡོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་ཀུན་སྦྱོང་  
 ངན་པ་བསལ་ལ་སེམས་གསལ་ཞིང་དྲངས་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམས་  
 ཏེ། ག་རེ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་པར་མ་  
 ཆད་དུ་སྤྱིང་འདུག་ཀྱང་སྐྱོ་བ་དང་སྦྱན་པ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མེད་པར་འཁོར་བའི་  
 གནས་འབའ་ཞིག་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་སྒོ་ངན་འདིས་ད་དུང་སྤར་ལྟར་  
 མཐའ་མེད་སྤྱུ་མེད་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་སྤྱིང་དགོས་པར་འདུག། །དེས་  
 ན་ད་རེས་སླེམ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེས་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་པོ་ཐོབ།  
 ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་བཟུང་། མཇལ་  
 བར་དགའ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་  
 མཇལ། སྤང་དོར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཐུ་ཅུང་ཟད་ཆེད། རང་གི་ངོས་  
 ནས་ཉམས་སུ་ལེན་བྱས་ན་སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐུང་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་གོ་འཕང་བདེ་སྤྱག་ཏུ་སྟེར་བའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་འདི་འདྲ་ཐོབ། དེ་ལྟ་  
 བུའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱེད་པ་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སྐབས་  
 འདིར་འབད་ནས་བཅོན་ས་ཟིན་པ་ཞིག་མ་བྱས་ན། སྤར་རྟེན་བཟང་འདི་འདྲ་  
 ཞིག་ཏུ་ཆེད་པར་དགལ། ལན་ཅིག་ཆེད་པ་འདི་ཡང་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས་

པར་སྐྱར་དུ་འཛིག་སྟེ། དེས་པར་འཆི། རྣམ་འཆི་ལ་དེས་པ་མེད། འཆི་བའི་  
 ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན། ཞི་ནས་ངན་སོག་དུ་སྐྱེད་ན་  
 བྱི་ཆ་གང་དང་། བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་། བཀོལ་སྐྱོད་དང་། སྒྲེན་ཅིང་གཏི་ཐུག་  
 པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པ་སྐྱོང་དགོས་ཤིང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་  
 ཅམ་ཡང་ཐོས་པར་དགའ། གནས་དེར་སྐྱབས་བཅའ་ཡང་མི་རྟེན། རྒྱ་ལ་  
 བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཞིག་ཐོབ་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཏེ། མི་  
 རྣམས་ལ་སྐྱེ་གན་འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་ཅིང་། ལྷ་རྣམས་  
 ལ་ནི་འཆི་འཕོ་སྐྱེད་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སོགས་ཡོད། མདོར་ན་རིགས་དྲུག་གི་  
 གནས་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་སོང་  
 སྟེ་རང་དབང་མེད་པར་འབྲམས་ཤིང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་གིས་མནར།  
 རང་ཉིད་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར། སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་རང་གི་དྲིན་ཅན་གྱི་མ་ཤ་སྟག་ཡིན། མ་མ་བྱས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། མ་  
 བྱས་པ་ལ་གངས་གྱིས་མི་ཆོད། མ་ནམ་བྱས་རེས་གྱིས་ཆེ་འདྲིའི་མས་དྲིན་  
 གྱིས་བསྐྱངས་པ་ལྟར་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པས་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དྲིན་ཅན་གྱི་  
 མ་འདི་རྣམས་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་སྒྲོང་དོར་གོ་ལོག་ཏུ་སྐྱེད་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 འབའ་ཞིག་སྐྱོང་བ་ལས་བདེ་བའི་སྐྱབས་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདུག་པས་སྙིང་  
 རེ་རྩེ། མ་འདི་རྣམས་བདེ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་རུང་། སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་མཐའ་དག་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་དུ་བྲམས་སྙིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་



ཏུ་བསྐྱོམ། འོ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་སྒྲིལ་བའི་ཁྱར་དེ་  
 སྤྱེལ་བབ་ན་དེད་རང་ལ་བབས། དེད་རང་ལ་བབ་ཀྱང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་  
 འདི་ལྟ་བུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལྟ་སྒྲིལ་ཀྱང་ཅི་དགོས། སེམས་  
 ཅན་གཅིག་གི་དོན་ཡང་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཀྱས་པར་མི་འདུག། །དེར་མ་  
 ཟད་དག་བཅོམ་པ་གཉིས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་ཉི་ཆེ་བ་  
 མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་ཀྱས་པ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱས་པ་སྤྱེལ་ཡོད་ན་ཡང་  
 དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་པས་བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྐྱམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལྷགས་  
 དག་ཏུ་བསྐྱོམ་མོ། དེ་ལྟར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུད་ཅིང་ཡང་  
 དང་ཡང་དུ་བསམས་ལ་སྒྲིའི་འགྱུར་བ་ཅི་ཐོན་བྱ། མ་མཐའང་གོང་གི་ཆིག་  
 དེ་རྣམས་ལན་གསུམ་ཀྱི་བར་དུ་བརྗོད་ཅིང་། ཆིག་དེ་རྣམས་ལ་འབྲིལ་ནས་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསལ་ཅི་ཐེབས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་གི་  
 ལམ་ལ་ཤར་སྐྱོམ་སྒྲོན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསལ་འདེབས་པ་  
 བྱི་དགོ་སྒྲོར་གང་བྱེད་ཀྱི་འགོར་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་དེ་ལྟ་བུས་ཟིན་  
 ན་ནི་ཆོས་ཅི་བྱས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། སེམས་དེ་ལྟ་བུས་  
 མ་ཟིན་ན་ནི་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་མི་འགོ་བས། རྗེ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པས་ཐུན་འགོར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསལ་འདེབས་པ་འདི་



ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གདམས་སྟོ་སྟོང་ལས་  
ཀྱང་། རྩོག་མཐའ་གཉིས་ལ་བྱ་བ་གཉིས། །ཞེས་དགོ་སྟོར་གང་བྱེད་ཀྱང་  
རྩོག་མར་ཀུན་སྟོང་བཅོས་པ་འདི་མེད་མི་རུང་དུ་གསུངས་སོ། །དོན་དེ་དག་  
ལ་དགོངས་ནས་བྱ་བ་ཆེན་དབུན་ས་པ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེས་དགོ་སེམས་བྱུང་  
པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་དགོ་སྟོར་འདི་དང་འདི་ལ་འཇུག་གོ་ཞེས་གསུངས་པ་  
ནི་ཆོག་ཀུས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པས། སྟོ་སྟོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་  
ངེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པ་ཞིག་ངེས་པར་བྱའོ།

## གཉིས་པ་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་ལ།

༥ སྐྱབས་ཡུལ་གསལ་གདབ་པ་ནི། རང་གི་མདུན་གྱི་ཐད་བྱང་གི་ནམ་  
མཁའི་གནས་སུ་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱི་  
མཐོ་ཞིང་ཡངས་པའི་སྟངས་ཁར་སྒྲ་ཆོགས་པད་ལྷ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
གདན་ལ་བྲིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ། དེ་ཉིད་གྱི་  
མཐའ་སྟོར་དུ་དངོས་དང་བརྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་  
དཔའ་པོ་མཁའ་འགོ་ཆོས་སྟོང་སྟངས་མའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྟོར་ནས་བཞུགས་  
པ། དེ་དག་རང་རང་གི་མདུན་ན་གདན་ཁྱི་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་རང་རང་  
གིས་གསུངས་པའི་ཡུང་གི་ཆོས་རྣམས་འོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་པོ་ཉིའི་  
རྣམ་པར་ཡོད་པ། ཆོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་དབྱེས་པའི་ཚུལ་

དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཐུགས་རྗེ་བཞི་  
 དང་པ་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། རང་གི་མཐའ་སྐོར་དུ་མ་ཀླན་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སའི་དྲེག་པ་ལྟར་སྐྱུག་ཤིག་གི་ཡོད་པ་གསལ་  
 བཏབ་ནས། རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བར་རང་དབང་  
 མེད་པར་འབྱམས་ཤིང་སྐྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་བར་མཆོམས་མེད་པར་  
 མནར་ཚུལ་བསམས་པས་འདིགས་ཤིང་སྐྱུག་པའི་སྒོ་ཤྱགས་དག་བསྐྱེད་  
 བས། སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྣམ་པ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
 མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད་པས། བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་དུས་ད་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བསམས་ལ།  
 རང་དང་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགིན་གཅིག་ཏུ་སྐྱབས་འགོ་  
 བྱེད་པར་མོས་ནས། སྒྲ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་  
 དལ་བྱས་བརྗོད་ཅིང་སྙིང་ནས་རེ་སྟོས་བཅས་ཏེ་སྐྱབས་འཆོལ། འདིའི་  
 སྐབས་སུ་དམིགས་པ་བྱ་ཚུལ་ནི། སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་དང་།  
 དེའི་མཐའ་སྐོར་གྱི་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་ངོ་བོ་སྒྲ་མ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པ་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་  
 འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྐྱིབ་ཐམས་  
 ཅད་དང་། བྱད་པར་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མའི་སྐྱ་ལ་བསྟོས་པ། གསུང་བཅག་པ།

ཐུགས་དགྲུགས་པ། མ་དང་བརྟན་སྟོང་བཀྲིས་པ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་ལྷ་  
མ་ལ་བརྟན་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྱེད་སོལ་ཁྱེད་རྣམ་པར་དབང་  
པོའི་སྟོང་བ་སྐྱེའི་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ནས་སངས་ཏེ་དག །  
ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་  
ལུང་ཏོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། ཁྱད་པར་དཔལ་ལྷན་  
ལྷ་མའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་རང་གཞན་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས། རང་དང་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་དཔལ་ལྷན་ལྷ་མའི་སྐྱབས་འོག་ཏུ་ཚུད་པར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་མཆིའོ། །ཞེས་སྐྱབས་འགོ་ལན་གང་  
མང་བཟོད་པས་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་ཀྱི་དོར་དུས་འཁོར་བསྐལ་  
བཟང་གི་སངས་རྒྱས་སྟོང་སངས་རྒྱས་སུམ་ཅུ་སོ་ལྔ་ལ་སོགས་པ་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྔ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་  
བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་  
སྒྲིག་སྒྲིབ་སྟོང་བ་སོགས་དམིགས་པ་གོང་ལྟར་བྱའོ། །

དེ་ནས། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་སྐྱབས་འགོ་ལན་གང་མང་  
བཟོད་པས་སྐྱབས་ལུལ་སོ་སོའི་མདུན་ན་བཞུགས་པའི་ཆོས་པོ་ཏི་རྣམས་  
ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྔ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྟོང་  
བ་སོགས་དམིགས་པ་གོང་ལྟར་བྱའོ། །དེ་ནས། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་

མཆིའོ། །ཞེས་སྐྱབས་འགོ་ལན་གང་མང་བཟོད་པས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་  
 རྣམས་དང་དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་ཆོས་སྦྱོང་སྤྱང་མ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་འདུན་  
 དགོན་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་  
 པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་  
 ཞུགས་པས་སྒྲིག་སྦྱོང་བ་སོགས་དམིགས་པ་གོང་ལྟར་བྱའོ། །ཁྱད་པར་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་འབེབས་པའི་ཆེ་ངོ་བོ་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་རྒྱས་མཐུ་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་བདུད་ཅི་འོད་ཟེར་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་དང་། ཆོས་པོ་ཉི་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་སྤངས་ཏྲིགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་  
 པ་ལ། རྣམ་པ་བདུད་ཅི་འོད་ཟེར་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་། དགེ་འདུན་རྣམས་ལས་  
 ངོ་བོ་མཐུན་བཅེ་རྒྱས་གསུམ་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་བདུད་ཅི་  
 འོད་ཟེར་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་། སྒྲིག་སྦྱོང་སྦྱི་དང་ཁྱད་པར་དེ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བསགས་པའི་སྒྲིག་སྦྱོང་རྣམས་གཙོ་བོར་སྦྱོང་བའི་དམིགས་པ་བྱའོ། །དེ་  
 ནས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་  
 དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཞེས་ལན་གང་མང་བཟོད་ཅིང་སྐྱབས་ལུལ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱིའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་  
 བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས།  
 ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་དང་། ཁྱད་པར་དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག། ། ལུས་  
 དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་ཏྲིགས་

ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། བྱེད་པར་དུ་ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་ཏེ། དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འོག་དུ་ཚུད་ཅིང་། རི་སྤིང་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱབས་གསུམ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་འོས་ལྟར་དུ་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བྱའོ། །

དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པ་འདི་དག་གིས། །འགྲོ་ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་འབྱུང་པར་ཞོག། །སྦྱིན་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་ལས་བྱུང་བ་དང་། བསྐྱོམས་པ་སོགས་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཞོག་ཅིག་སྟེ་པའི་སྦྱོན་སེམས་དང་། བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་དུ་སྦྱིན་སོགས་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་བྱུག་དང་། བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་སྦྱོད་པ་མཐའ་དག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟེ་སྟེ་སྦྱར་དུ་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དོ། །

དེ་ལྟར་སྦྱོན་འབྲུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་པས་སྒྲུབ་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་དབྱེས་ཏེ་རང་འདྲ་གཉིས་པ་ཞིག་ཆད་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་རང་ཉིད་ཀྱང་སྒྲུབ་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་སྦྱར་ལམ་གྱིས་བྱུང་། བྱུར་



པ་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲ་མ་བྱུང་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་དེ་རའོ་སྒྲ་ལ་དུང་རྒྱལ་བསྐྱོམ།  
 རང་བྱུང་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་དུ་གསལ་བའི་སྐུ་ལས་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་  
 འཕྲོས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་སྐྱིབ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་སྦྱངས།  
 དེ་ཡང་འོད་ཟེར་འོག་ཏུ་འཕྲོས་པས་དཔྱལ་བ་ཆ་དཔྱལ་བ་རྣམས་ལ་འོད་  
 ཟེར་གང་བའི་རེག་བྱ་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་ཏེ། དེ་དག་གི་ལུས་  
 ལ་རེག་པ་ཅམ་གྱིས་ཆ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཞི་བར་བྱས་ཏེ་བདེ་བའི་  
 གནས་ལ་བཀོད། གང་དཔྱལ་བ་རྣམས་ལ་འོད་ཟེར་ཆ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 འཕྲོས་པས་གང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཞི་བར་བྱས། ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་  
 འོད་ཟེར་བས་སྐྱོམ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དཔག་མེད་འཕྲོས་པས་བཀྲེས་སྐྱོམ་  
 ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཞི་བར་བྱས། དུད་འགོ་རྣམས་ལ་འོད་ཟེར་སྒྲང་བའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་འཕྲོས་པས་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དང་སྤིང་བར་གྱི་ཐུན་པ་དང་།  
 སོ་སོའི་སེམས་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱོངས་བའི་ཐུན་པ་རྣམས་བསལ། བཀོལ་སྦྱོང་  
 ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཞི་བར་བྱས། ལྷ་དང་མི་དང་ལྷ་མ་ཡིན་  
 རྣམས་ལ་འོད་ཟེར་དཔག་མེད་འཕྲོས་པས་སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཞི་  
 བར་བྱས། སྒྲང་ཡང་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་  
 སྤིང་ཅེ་ནས་མནར་མེད་ཀྱི་བར་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 སྒྲིག་སྐྱིབ་ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱས་ནས་སེམས་ཚོས་ཀྱི་སྐྱུ་དང་། ལུས་  
 ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དག་ནས་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་དོན་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱར་  
 གྱུར་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །ཡང་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་སྦོད་ཀྱི་

མ་དག་པ་སྦྱངས་ཏེ་སྟོན་ཐམས་ཅད་དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་གྱུར་བའི་  
མོས་པ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྟོན་བཅུད་སྦྱངས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུབ་  
དབང་དོན་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པའི་མོས་པ་དང་། དེ་ལྟར་གྱུར་  
བ་ལ་དགའ་བ་དང་། དག་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ར་རྒྱལ་  
ཤྱགས་ཅན་བསྟོམ་མོ། །འདི་ནི་སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་  
དུ་སྟོམ་པ་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཞིག་  
ཡིན་གསུངས་། སྟོན་ཀྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རིགས་དྲུག་གནས་སྦྱོང་ཞེས་  
པ་དང་། འཁོར་བ་དོང་སྒྲུགས་ཞེས་པ་སོགས་གཞན་ལ་མེད་པའི་ཟབ་ཁྱད་  
ཅན་དུ་བྱེད་པ་ཡང་མན་ངག་འདི་ཡིན་པས། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པས་རི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར། རང་དོས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱས་ན་དགའ་  
ལྟན་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་འདིས་མ་ཆོག་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་  
སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྟོམ་པ་དེ་ལ་དར་ཅིག་མཉམ་  
པར་བཞག། །མཉམ་གཞག་དེ་ལས་ལངས་ནས་རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་དུ་འཁོར་བར་རང་དབང་མེད་པར་  
སྒྲུག་བསྐྱལ་སྤྲོ་ཆོགས་ཞིག་སྦྱོང་བ་འདི་རྒྱ་གང་གི་དབང་གིས་བྱང་སྟོམ་དུ་  
བསམས་པ་ན། གང་ཟག་གཞན་ཀྱིས་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྦྱོང་དུ་བཅུག་པ་མིན་  
ཀྱི། རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་འཛིན་འགོང་པོའི་མཐུས་རང་སྦྱོགས་ལ་ཆགས་པ་  
དང་། གཞན་སྦྱོགས་ལ་སྤང་བའི་དབང་གིས་ལས་བསགས། ལས་ཀྱི་དབང་  
གིས་འཁོར་བར་འཁོར་ནས་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྦྱོང་བ་འདི་བྱང་བར་འདུག། །དེས་

ན་བདག་དང་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉི་རིང་ཆགས་སྒྲུབ་དང་བྲལ་  
 བའི་བཏང་སྟོམས་ལ་གནས་ན་ཅི་མ་རུང་། གནས་པར་གྱུར་ཅིག །གནས་  
 པར་བདག་གིས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
 གསོལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་  
 རུང་། ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །ལྡན་པར་བདག་གིས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་  
 པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་  
 བསྐྱེད་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །  
 བྲལ་བ་བདག་གིས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 ཏུ་གསོལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་  
 དང་མ་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག །མི་འབྲལ་བར་བདག་  
 གིས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
 ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཚོགས་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་  
 ལྟ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། བྱེད་པར་དུ་ཡང་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོད་  
 མེད་བཞི་སྟོམ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་ནད་གདོན་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་བྱང་  
 ཞིང་དག །ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་  
 ནམས་ལྷུང་ཉླགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། བྱེད་པར་དུ་  
 ཡང་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོད་མེད་བཞི་ལ་གནས་པར་བསམ་

མོ། །དེ་ནས་བྲུད་པར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་སྒོམ་ཚུལ་ནི། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་གྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་  
གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་བཟོ་མོ་སྒྲུབ་  
ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་པར་བགྱིའོ་སྟམ་པ་ལན་མང་དུ་བྱ་ཞིང་འདུན་  
པ་འབྲུགས་དག་བསྐྱེད་དོ། །སྦྱབས་འབྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་དེ་དག་ནི་དེང་  
སང་གི་གདུལ་བྱ་ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ལ་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་  
པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས། དེ་དང་མ་ཐུན་པའི་བྲིད་ཚུལ་ཡིན་གྱི། ལམ་ཐུན་  
མོང་བ་ལ་སྤྱིང་བ་སྤུལ་ཕྱིན་ཐོན་ནས་སྒྲགས་ལམ་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞུགས་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་བཞིན་པའི་  
ངང་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྦྱབས་འབྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་ནི།

བདེ་ཆེན་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྒྲུབ་སྟེ། །

གང་དེར་གསལ་བའི་སྒྱུ་ལས་འོད་ཟེར་ཆོགས། །

སྤྱོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་སྒྲོད་བཅུད་བྱིན་བརྒྱབས་པས། །

དག་པ་རབ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་ཡོན་ཏན་གྱི། །

བཀོད་པའི་བྲུད་པར་སྦྱར་སྦྱར་ཆོགས་པར་བྱུང། །

རབ་དཀར་དགོ་སེམས་ཆེན་པོའི་ངང་ཉིད་ནས། །

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས། །

དེང་ནས་རི་སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོའི་བར། །

སྤྱོད་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་འགོ། །

༥ ར་མོ་གུ་ཅ་ཟྱ།

ར་མོ་བྱུང་ཡ།

ར་མོ་ཉྩྭ་ཡ།

ར་མོ་སྤྱང་ཡ།

མ་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

བདག་ཉིད་སྤྱོད་མ་ལྟར་གྱུར་ནས། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་མ་ལྟའི། །

གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འགོད་པར་བྱ། །

ཞེས་འདོན་རྒྱན་ཡོད་པ་ལྟར་འདོན་ཅིང་དམིགས་པ་རྣམས་གོང་བཞིན་  
བྱའོ། །གང་ཟག་གི་སྤྱོད་མཐོང་མན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱབས་འགོའི་ཉམས་ལེན་  
ལའང་བྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་སྤང་བས་ཞིབ་པར་སྤྱོད་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །བྱད་པར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་གྱི་  
གསུང་ལྟར་རྒྱས་པར་བྱ་ཚུལ་ནི།

མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་ཆེ་འདི་  
ཉིད་ལ་ལྟར་བ་ལྟར་བར་གདོད་མའི་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་མ་ལྟའི་གོ་



འཕང་མངོན་དུ་བྱས།

མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད། བདེ་  
ཆེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་ཐབ་  
མོ་སྒྲ་མ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་བབྱེད། །

ཞེས་འདོན་རྒྱུ་ཡོད་པ་ལྟར་ལན་གང་མང་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་སྒྲོང་  
བཙུགས་ནས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་ཚུལ་དེ་ནི། སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་  
ཆོ་གའི་གཞུང་ཉིད་ལས། དེ་ཡང་དགེ་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས།  
སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཆད་མེད་བཞི་བསྒྲུབ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་། ཞེས་  
གསུངས་པའི་དོན་བྲིད་རྒྱུ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དགའ་ལྡན་བཀའ་རྒྱུད་  
རིན་པོ་ཆེའི་བྲུག་ཆེན་ཅུ་བ་རྒྱལ་པའི་གཞུང་ལམ་ལས། །དང་པོ་བསྟན་དང་  
ཐེག་ཆེན་ལ། །འཇུག་པའི་སྒྲོ་དང་གཞུང་ཤིང་ཕྱིར། ཁ་ཅམ་ཆིག་ཅམ་མ་  
ཡིན་པའི། །སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ནན་ཏན་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
སྟོན་འགོ་བྲིད་ཆེན་བཞིའི་ནང་ནས་བྲིད་ཆེན་དང་པོ་འང་ཡིན་ནོ། །

འདིར་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མན་ངག་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བཀོད་པ་ཡིན་ཡང་  
བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཡིན་པས་དོན་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་།  
གདུལ་བྱའི་སྒྲོ་རྣམས་དང་བསྟན་པའི་མན་ངག་གི་གནད་ཆེས་མང་བས་ཆེ་  
འདིའི་བྱན་ལོང་དོར་ནས་དགའ་ལྡན་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་སྟོང་པོའི་དོན་ལ་སྐྱབ་པ་  
སྟོང་པོར་བྱ་འདོད་པ་རྣམས་ལ། བཤེས་གཉེན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་  
བྲིད་དུ་བྱས་ནས་ཞིབ་ཏུ་བཤམ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱད་པར་གྱི་སྡོན་འགྲོ་ལ་གསུམ།

༥ རང་ཉིད་སྟར་བསྐྱེད་པ། རྫོད་བཅུད་སྦྱར་བ། མཆོད་པ་གྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་པའོ། །

དང་པོ་རང་ཉིད་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ནན་ཏན་དུ་བྱས་པའི་མཐར་སྐྱབས་  
 དུལ་ནམས་མཐར་ནས་རིམ་བཞིན་བསྐྱས་ཏེ་ཐུབ་དབང་རྡོ་རྗེ་འཁང་ལ་  
 ཐིམ། ཐུབ་དབང་རྡོ་རྗེ་འཁང་ཡང་འོད་དུ་ཁྱེན་ས་རང་གི་སྒྲིན་མཆམས་སུ་  
 ཐིམ་པས་རྒྱད་ཁྱེན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །དེ་ནས་རང་ཡང་  
 མི་དམིགས་པར་བསམས་ལ་ལྟ་ཐོག་ཏུ་བཞག། །དེའི་ངང་ནས་གསང་བདེ་  
 འཛིགས་གསུམ་སོགས་ལྟག་པའི་ལྟ་གང་རུང་གི་སྐྱར་ལངས་པའི་མོས་པ་  
 གྲ།

དེ་ཡང་ཡི་དམ་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་ལ་གཙོ་བོར་བྱེད་ན། རང་ཉིད་  
 གླུ་ཅིག་གིས་དཔལ་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་གྱིས་གྱི་  
 གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཇིན་པ་ཡུམ་དང་བཅས་པའི་སྐྱར་བཞེངས་པའི་མོས་པ་  
 གྲ། དེ་ཡང་སྐབས་ཡུལ་བསྐྱས་པའི་མཆོམས་ནས། ཨོ་སྦྱ་ལྷ་མ་ཤྱུ་རྣམས་  
 ཉམས་སྦྱ་ལྷ་མ་ཤྱུ་རྣོ་ཉཱྱ། ཨོ་ཤྱ་བྱ་བྱ་རྣོ་ན་བཟོ་སྦྱ་ལྷ་མ་ཤྱུ་རྣོ་ཀོ་ཉཱྱ། རང་དང་  
 སྐབས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་དང་། དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བཞེན་

ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཏྲག་ཆད་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་བཞི་དང་  
 བྲལ་བ་བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། ཅེས་བཛྲོད་ཅིང་  
 རྗེས་ཞིག་གི་སྐུད་རིམ་གྱི་སྟོན་ནས་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྲེར་བསྟོམས་  
 ཞིང་། བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་ཆོས་སྐྱ་མདོན་དུ་བྲས་པའི་མོས་པ་བཏྲན་པོ་  
 བྱའོ། །འོད་གསལ་དེའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་  
 དུམ་བཅས་པའི་སྐྱར་ལངས་ཞིང་གནས་གསུམ་དུ་ཡི་གེ་གསུམ་བཀོད་ནས་  
 གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། འདི་ལ་སྐྱ་གསུམ་ལམ་འབྲེར་གྱི་གནད་རགས་པ་ཞིག་  
 ཆང་གསུངས། གསང་བ་འདུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཙུག་པོར་བྱེད་ན། སྟོང་  
 པའི་ངང་ལས་རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་ཞེ་སྤང་དོ་རྗེ་སྐྱ་མདོག་མཐིང་ནག་  
 ནག་དཀར་དམར་བའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་གི་གཡས་དོ་རྗེ་འཁོར་ལོ་བརྒྱ།  
 གཡོན་བྲིལ་བྱ་རིན་ཆེན་རལ་གྱི་འཛིན་པ། རང་དང་འབྲ་བའི་རེག་བྱ་དོ་རྗེ་  
 མས་འབྱུང་པ། གཉིས་ཀའང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱད་གྱིས་བརྒྱན་པ། སྐྱ་  
 སྟོད་ལྷ་རྩེས་གྱི་གོས་གྱིས་གཤལ་བྲས་ཞིང་སྐྱ་སྐྱད་ལྷ་རྩེས་གྱི་དར་གྱི་ཤམ་  
 ཐབས་འབྱུར་བར་གྱུར་པར་བསམ། འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གཙུག་  
 པོར་བྱེད་ན། སྟོང་པའི་ངང་ལས་སྐྱད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་ཉེ་རུ་ཀ་སྟོན་པོ་  
 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྱིས་དོ་རྗེ་དང་བྲིལ་བྱ་འཛིན་པ་གཡས་བརྒྱད་གིས་  
 བཞུགས་པ་ལ། དུམ་དོ་རྗེ་པག་མོ་དམར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་གྱིས་  
 དོ་རྗེ་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པས་འབྱུང་པར་གྱུར་པར་བསམ།

དེ་ཡང་སྦྱིར་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གང་ལ་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱེད་

ཀྱང་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱས་པ་ཐུན་བཞིར་བསྐྱོམས་ཏེ། བསྐྱེད་རིམ་སྤྱར་གས་  
མཐར་ཕྱིན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་སྐྱོམ་པའི་སྡོན་  
འབྱོར་ཡང་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱས་བསྐྱུས་གང་རུང་རེ་བསྐྱོམས་ན་ཤིན་ཏུ་བྱང་  
པར་དུ་འཕགས་ཤིང་གནད་ཆེ་བ་དང་། བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སྤྱགས་  
ལམ་མཐོན་པོར་སོང་བ་རྣམས་ལ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱུས་པ་ཞིག་གི་སྟངས་  
ནས་ལམ་སྐྱོམ་པའི་སྐབས་ཡོད་ཀྱང་། ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ལ་ནི་སྐྱུ་གསུམ་  
ལམ་འབྱེད་གྱི་གནད་ཆེད་བའི་བསྐྱེད་རིམ་ཡོངས་ཚོགས་སྐྱོམ་པ་གནད་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ཕྱི་ནང་གི་བར་ཆད་བསྐྱུང་བ་དང་ལྷག་པའི་ལྟའི་ཕྱིན་ཆུབས་  
སྐྱུར་དུ་འབྱུག་པ་དང་། ཚོགས་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྫོགས་པ་དང་། བ་མལ་གྱི་སྒྲུང་  
ཞེན་ལྷོག་པ་སོགས་དགོས་པ་མཐའ་ཡས་ཤིང་། གཙོ་བོར་ནི་སྐྱུང་གཞི་སྐྱེ་  
ཤི་བར་དོ་གསུམ་སྐྱུངས་ཤིང་། ལམ་དུས་གྱི་སྐྱུ་གསུམ་སྐྱུར་དུ་འབྱུག་པའི་  
དགེ་ཅ་སྟོན་པར་བྱས་ཏེ། འབྲས་བུ་སྐྱུ་གསུམ་སྐྱུར་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་  
ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །

དེས་ན་འདིར་སྐྱུ་གསུམ་ལམ་འབྱེད་གྱི་གནད་ཆེད་བའི་བསྐྱེད་རིམ་  
མདོར་བསྐྱུས་སྐྱོམ་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་རྗེ་ཆོས་སྐྱབས་  
དོ་རྗེ་ལ་གནད་བའི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་གདམས་ངག་ལས། ཐོག་མར་ལམ་  
ཐུན་མོང་བ་ལ་ཤར་སྐྱོམ་བྱས་ཏེ། དེས་འབྱུང་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་།  
ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་རྣམས་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་དེས་སུ་བྱས། དེའི་ངང་ནས་རང་  
ཉིད་སྐྱུར་བསྐྱེད་ཚུལ་འདི་སྐྱུར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་

[illegible]



དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་མི་བསྐྱོད་པས་ནམ་  
མཁའི་ཁམས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བར་བྱས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབས་པས་བདེ་བ་ཐོབ། དེ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་གོང་  
བུ་ལ་རང་ཉིད་ཞུགས་པས་སྐྱལ་སྐྱེ་དོ་རྗེ་འཆང་སྐྱེ་མདོག་སྟོན་པོ་སྟོ་དཀར་  
དམར་བའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་གི་གཡས་དོ་རྗེ་འཁོར་ལོ་བསྒྲ། གཡོན་  
བྲིལ་དུ་རིན་ཆེན་རལ་གྱི་འཛིན་པར་གྱུར་བར་བསམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་ནས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོམ་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་བཞིན་  
དུ་དོ་རྗེ་འཛིན་གསུངས་བྱེད་ལ་སྟོང་པའི་ངང་ལས་འབྱུང་བ་རིམ་བཅུགས་གཞལ་  
ལས་ཁང་གདན་བཅས། བར་དོ་ཡོངས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེད་། སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱའི་  
ལམ་འབྱེད། འབྲས་བུ་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཞལ་ཕྱག་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱེད་པ།  
གནས་གསུམ་དང་སྐྱེ་མཆེད་གྱིན་རྒྱབས། ཡེ་ཤེས་པ་སྐྱུན་འདྲེན། དབང་  
བསྐྱར་རྒྱས་གདབ་བསྐྱས་པ་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྐྱས་བྱ་ཚུལ་རྗེ་བཙུན་  
སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྟོན་འབྱོར་གསུངས་པ་  
ལྟར་དང་། བདེ་མཆོག་ལ་དག་པ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་  
ཉེ་རུ་ཀར་བསྐྱེད། དེ་ནས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོམ་པ་བདེ་མཆོག་གི་སྒྲ་མའི་  
རྣལ་འབྱོར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

འདི་ལའང་སྐྱེ་གསུམ་ལམ་འབྱེད་གྱི་གནད་ཆང་བ་ཞིག་བྱེད་ན་རྗེས་  
ཞིག་གི་སྐྱེད་རིམ་གྱི་སྟོན་སྟེ་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེད་དང་། བར་དོ་  
ཡོངས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེད་རྣམས་ལྟར་དང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རྟོན་དང་

བཏེན་པ་ཡོངས་རྫོགས་སུ་བསྐྱེད་དེ་སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱའི་ལམ་འབྲེར་དབང་  
བསྐྱར་རྒྱས་གདབ་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྐྱས་བྱ་ཚུལ་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
མཐེན་པས་འདོད་འཛོར་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ། །

བསྐྱེད་རིམ་ལ་རྒྱས་བསྐྱས་བྱ་བ་ནི་འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ལེ་འུ་བཅུ་  
གཅིག་པ་དང་བཅུ་གཉིས་པ་གཉིས་ནས་བསྟེན་སྐྱབ་ཡན་ལག་བཞི་རྒྱས་པ་  
དང་། རྗེ་རྗེ་བཞི་བསྐྱེད་བསྐྱས་པ་བྱ་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་  
མང་པོས་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱས་བསྐྱས་ཀྱི་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །རི་ལྟར་  
ཡང་རང་ཉིད་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྟན་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ཀྱི། ལྟའི་རྣལ་  
འབྱོར་མེད་ན་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་སྟོད་བཅུད་སྟོང་བ་དང་། རང་མཆོད་དང་  
མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བ་དང་། མཆོད་ལྟ་སྟོས་ཏེ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་བྱུང་པར་ཅན་རྣམས་བྱ་ཐབས་མེད་དོ། །དེར་མ་ཟད་འོག་  
ཏུ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་ཅིང་། ལམ་རིམ་གཉིས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
ཐམས་ཅད་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟེང་ནས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་གསང་སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཁ་  
སྟོར་བདུན་ལྟན་ཟུང་འཇུག་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་སྐུ་ཡིན་ཞིང་། སྐུ་དེ་འབྱུབ་པ་ལ་  
རིགས་འབྲའི་རྒྱ་ལམ་དུས་ཀྱི་ཟུང་འཇུག་འབྱུབ་དགོས་ཤིང་། དེ་འབྱུབ་པའི་  
རྒྱ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་གསང་བ་ལས་  
ཀྱང་ཆེས་གསང་བའི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་དག་ཡོད་དེ། ཞིབ་པར་སྒྲ་མ་དམ་  
པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་བྱེད་པའི་སྐབས་

འདིར་རྫོང་བྲིལ་གྱིན་རྒྱལ་སྤྱོད་བཟུང་རྒྱལ་བ་དག་འདུན་རྒྱ་མཆོས་གསུང་  
སྟེ། སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་སྦྱོང་ཞིང་བྱས་པར་བྱེད་པ་ལ་གལ་ཆེན་།

## གཉིས་པ་སྟོན་བཅུད་སྦྱང་བ་ནི།

༥ རང་ཉིད་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྟན་པའི་སྦྱོང་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་དང་  
སྦྱོང་མཆོས་ནས་འོད་ཟེར་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་འབྲོས། སྟོན་བཅུད་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཕོག་པས་གྲུབ་པའི་བཅུད་ལེན་གྲུབ་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་བཅུད་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་དག་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་སྦྱངས། སྟོན་ཐམས་ཅད་  
གཞལ་ཡས་ཁང་དང་། བཅུད་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་རང་བཞིན་གྱི་དག་  
པ་རབ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་མོས་པ་བརྟན་པོ་བྱའོ།

འདི་ནི་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བྱང་ཆོས་ཡོངས་དག་བཞིའི་ནང་ཆོན་ཡང་  
ཡིན་ཞིང་། ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་གཞན་དོན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་མཛད་པ་  
དང་། ལུས་དབེན་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་དང་མཐུན་ཞིང་། རང་གི་སྦྱང་ག་ནས་  
འོད་ཟེར་སྦྱོང་ཏེ་སྟོན་བཅུད་སྦྱོང་བ་དང་། སྟོན་བཅུད་རྣམས་འོད་དུ་བསྐྱས་  
ཏེ་རང་གི་སྦྱང་གར་སྦྱ་བ་ཡང་ཡང་བྱེད་པ་ནི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་མཐོན་པོ་  
རྣམས་སྦྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་སྦྱོན་བྱེད་ཐབས་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པས་མན་  
ངག་འདི་དག་གཅེས་པར་གཟུང་ངོ་།

## གསུམ་པ་མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ་གཉིས།

༥ རང་མཆོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་དང་། མཆོད་རྫས་གཞན་རྣམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལོ།

## དང་པོ་ནང་མཆོད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ།

བསང་བ། སྦྱང་བ། བསྐྱེད་བ། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས།

## དང་པོ་བསང་བ་ནི།

༥ རང་ཉིད་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པ་ཡིན་ན་ལས་བྱམ་ཡོད་ཆེ་ལས་བྱམ་གྱི་ཚུས་ནང་མཆོད་ལ་བསང་སྟེ་ཁྲི་རྩེ་ཀ་བཅོད་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱམ་ཚུའི་རྒྱལ་སྤ་རབ་རྣམས་རལ་གྱི་གཤེན་རྗེ་གཤེད་གྱི་ཆོགས་སུ་གྱུར་པ་སྟོས་ནས་ནང་མཆོད་གྱི་རྫས་ལ་གནས་པའི་བགེགས་རྣམས་སྟོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ལས་བྱམ་མེད་ཆེ་སྟེ་མྱི་བཅོད་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་གི་སྟོང་ག་ནས་ཁྲོ་བོ་གཤེན་རྗེ་གཤེད་གྱི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོས་ནས་བགེགས་སྟོད་པར་བྱེད་པ་ལོ།

## གཉིས་པ་སྦྱང་བ་ནི།

༥ སྤྱ་བྱ་ཕྱེ་སྤྲུགས་བརྗོད་ཅིང་སྤྲུགས་དོན་ཡིད་ལ་བསམས་ནས་རང་  
བཞིན་རྣམ་དག་གི་རང་དུ་བསྐྱོམ་བའོ།

## གསུམ་པ་བསྐྱེད་བ་ནི།

༥ རང་བཞིན་རྣམ་དག་དེའི་རང་ནས་ཡི་ལས་རྒྱང་དཀྱིལ། རི་ལས་མེ་  
དཀྱིལ། དེའི་སྟེང་དུ་ཞུམས་མི་མགོ་རྩོན་པའི་སྦྱེད་བྱ་གསུམ། དེའི་སྟེང་དུ་  
ཞུམས་ཐོད་པ་སྦྱེ་དཀར་ལ་ནང་དམར་བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ། ཐོད་པ་དེའི་  
ནང་གི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུགས་བཞི་དང་དབུས་སུ། ལྷོ། ཡོན། རྩོ། ལྷོ། ལྷོ།  
རྣམས་ལས་གཤེགས་པ་ལྷའི་ངོ་བོ་ཤར་རང་རང་གི་མིང་ཡིག་དང་པོ། གོ་  
། ཀྱ ད། ཅ། བ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོན་པ། ཤར་སྟོ་ལ་སོགས་པའི་མཆོམས་བཞི་  
དང་དབུས་སུ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ།  
ཅེ་ལྷའི་རང་རང་གི་མིང་ཡིག་དང་པོ། བ། བ། བ། བ། བ། བ། བ། བ། བ། བ། བ།  
པ། རས་དེ་དག་གི་སྟེང་གི་རྣམ་མཁའ་ལ་རྩོ་སྟོན་པོ། ཞུམ་པ་པོ། ལྷོ་དཀར་  
པོ་རྣམས་སྟེང་ནས་སྟེང་དུ་བཅེགས་ཏེ་གནས་པར་བསམ་མོ།



## བཞི་པ་གྲེན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི།

༥ རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་འཕྲོས། རྒྱུ་གཡོས་མེ་སྤར་ཐོད་  
པའི་ནང་གི་རྩལ་རྣམས་ཁྱེད་ཁོལ། རྒྱ་མཆོ་ལ་སོགས་པ་ན་གནས་པའི་  
བདུད་ཅི་དང་། རྩོགས་བཅུ་འེ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་རྣམས་བཀུག། །ལྷག་པར་རྩོགས་བཅུ་འེ་རྒྱལ་  
བ་ཐམས་ཅད་དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་བཀུག་ནས་ཡི་གེ་གསུམ་ལ་བེམ།  
ཡི་གེ་གསུམ་རིམ་བཞིན་ཐོད་པའི་ནང་གི་རྩལ་ལ་བེམ་པས། རྩྱུ་གིས་ཁ་  
དོག་དྲི་རོ་རུས་པའི་སྟོན་སྤྱངས། ལྷུ་ཤས་བདུད་ཅིར་རྟོགས་པར་བྱས། ལྷོ་  
གྱིས་མང་པོར་སྤར་ཁོལ་བར་བསམ་མོ། །རང་གསང་བ་འདུས་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པ་ཡིན་ན་འདུས་པའི་སྤྱབ་ཐབས་རྣལ་འབྱོར་རག་རིམ་  
ནས་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་གྱི་ནང་མཆོད་གྲེན་རྒྱབས་དང་། རང་ཉི་ཤུ་ཀའི་  
རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པ་ཡིན་ན་སྤྱབ་ཐབས་བདེ་ཆེན་གསལ་བ་ནས་རི་ལྟར་  
འབྱུང་བ་ལྟར་ནང་མཆོད་གྲེན་རྒྱབས་བྱའོ། དེ་ལྟར་ནང་མཆོད་གྲེན་གྱིས་  
བརྒྱབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། ནང་མཆོད་ནི་སྤྲ་མེད་ཀྱི་མཆོད་པའི་གཙོ་  
བོ་དང་། བཟའ་བའི་དམ་ཆོག་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ཁོང་། ཐ་མལ་གྱི་སྤྱང་ཞེན་  
སྤྱར་དུ་སྟོག་པ་དང་། བགེགས་བསྐྱུང་བ་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུགས་པ་དང་། འཆི་  
མེད་དོ་རྩེ་འེ་སྤྱབ་སྤྱབ་སྤྱིར་བཅུད་ལེན་གྱི་རྩལ་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་འབྱུང་བ་  
དང་། དོ་རྩེ་འེ་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལས་རྟོགས་རིམ་གྱི་ལམ་མཐོན་པོ་

ནམས་ལྷུང་དུ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་རྟོན་འབྲེལ་བྱད་པར་ཅན་བསྐྱིག་ཅིང་། ལམ་  
དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱད་པར་ཅན་ནམས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་ནམས་འདིའི་  
བསྐྱེད་ཆོག་གི་མཆོན་དོན་ལ་ཡོད་པས། ཞར་བྱུང་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་མི་  
བྱ་བར་ཆོ་ག་ནམ་བྱེད་རེས་གྱིས་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ནས་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་  
གྱི་རྟོགས་པ་བྱད་པར་ཅན་ནམས་ལྷུང་དུ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་རྟོན་འབྲེལ་བསྐྱིག་  
པ་ལ་ཚུན་པར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ་མཆོད་རྗེས་གཞན་ནམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ནི།

༥ སྒར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་བསངས་སྤངས། སྟོང་བའི་ངང་ལས་  
ཞུམས་བྱུང་བའི་ཐོད་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་མཆོད་རྗེས་གྱི་གངས་དང་  
མཉམ་པ། ཐོད་པ་དེའི་ནང་དུ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོ་བོ་  
རྩྭ་རེ་རེ། དེ་ནམས་ཁྱབ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་རྗེས་ནམས་ངོ་བོ་བདེ་སྟོང་།  
ནམ་པ་མཆོད་རྗེས་སོ་སོའི་ནམ་པ་ཅན། བྱེད་ལས་དབང་པོ་དུག་གི་སྦྱོང་  
ཡུལ་དུ་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་བྱས་པའི་བྱད་ཆོས་གསུམ་  
ལྟན་ཞིག་བསམས་ལ་མེ་རྟོག་སོགས་རང་རང་གི་མིང་དང་ཡི་གེ་གསུམ་  
སྟེལ་བས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་བྱའོ། །

ནང་མཆོད་དང་མཆོད་རྗེས་བྱིན་རྒྱབས་རྒྱས་པ་བྱ་བའི་ལོང་མེད་  
པའམ། བསྐྱུས་པ་བྱ་བར་སྦྱོར། ཨོ་ཞུ་ཞུ་ལན་གསུམ་བརྗོད་པས། འོག་ནས་

འབྱུང་བ་ལྟར། ཆོག་མཁའ་ཞིང་རྣམས་ལ་འབྱུང་རྒྱུ་འཆོད་རྣམས་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
 རྒྱས་པ་བྱ་བའི་ལོང་མེད་པའམ། བསྐྱུས་པ་བྱ་བར་སྟོན། ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱི་ལན་  
 གསུམ་བཟོད་པས། འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར། ཆོག་མཁའ་ཞིང་རྣམས་ལ་འབྱུང་  
 རྒྱུ་འཆོད་རྣམས་གང་ཡོད་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ལ། མཆོད་རྣམས་དེ་དག་  
 གི་སྟེང་དུ་འོག་ཏུ་སྟེ། དེའི་སྟེང་དུ་ཨྲཱ་ཧྲཱིའི་སྟེང་དུ་ཨོ་ཡིག་རྣམས་བཅེགས་  
 བས་གནས་པ། ཧྲཱི་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས་པས་ཐུགས་རྟོ་  
 རྗེའི་ལྷ་ཆོག་མཁའ་ཐམས་ཅད་བཀྱག་སྟེ་ཧྲཱི་ལ་ཐེམ། ཧྲཱི་མཆོད་རྣམས་རྣམས་ཀྱི་  
 བྱང་དུ་ཐེམ་པས་ཁ་དོག་དྲི་རོ་ངན་པའི་སྟོན་ཐམས་ཅད་བསལ་ནས་ཤེལ་  
 ལྟར་དྲངས་པའི་མོས་པ་དང་། ཨྲཱ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས་  
 པས་གསུང་རྟོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོག་མཁའ་ཐམས་ཅད་བཀྱག་ནས་ཨྲཱ་ཡིག་ལ་ཐེམ། དེ་  
 མཆོད་རྣམས་རྣམས་ལ་ཐེམ་པས་མཆོད་རྣམས་རྣམས་ཟག་པ་མེད་པའི་བདུད་  
 ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་མོས་པ་བྱ། ཨོ་ཡིག་ལས་འོད་ཟེར་སྟོགས་  
 བཅུར་འཕྲོས་པས་སྟེ་རྟོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོག་མཁའ་ཐམས་ཅད་བཀྱག་སྟེ་ཨོ་ཡིག་ལ་  
 ཐེམ། ཨོ་ཡིག་མཆོད་རྣམས་རྣམས་ལ་ཐེམ་པས་མཆོད་རྣམས་རྣམས་མང་པོར་  
 འཕེལ་ཏེ། ཆོག་མཁའ་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རི་ཅམ་ལོངས་སྐྱུད་ཀྱང་ཟད་པ་  
 མེད་པའི་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་མོས་པ་བཟྱན་པོ་བྱའོ། དེ་  
 ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་ས་པའི་མཆོད་པ་དེ་རྣམས་ངོ་ཐོ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་མཆོད་རྣམས་སོ་སོའི་རྣམ་པ་ཅན། བྱེད་ལས་ཆོག་མཁའ་  
 ཞིང་མཐའ་དག་གི་དབང་པོ་དུག་གི་ཡུལ་དུ་ཟག་པ་མེད་པའི་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་

ཤེས་བྱ་དཔར་ཅན་བསྐྱེད་པར་རྒྱས་པའི་བྱ་དཔར་གསུམ་དང་ལྡན་པས་ས་  
དང་བར་སྤང་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བྱ་བའི་ཕྱི་ནང་གསང་  
བའི་མཆོད་སྤྱོད་དམ་ཇས་སྤྱོད་གཟིགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱ་བས་གང་བར་  
བསམ་མོ། །

དེ་ལྟར་སྤྱོད་འགྲོའི་སྐྱོར་དེ་དག་ནི་སྤྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་གའི་གཞུང་  
དུ་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་སུ་མཛད་ནས་རྒྱས་པར་མ་མཛད་པར་ས་བཅད་  
སྤོམ་ཅམ་ཞིག་མཛད་པ་ནི།

དེ་ཡང་དག་སེམས་བྱ་དཔར་ཅན་གྱི་ངང་ནས། རྒྱབས་འགྲོ་  
སེམས་བསྐྱེད་ཆད་མེད་བཞི་བསྐྱོམ་པ་སྤྱོད་དུ་བཏང་། བདག་  
ཉིད་གསང་བ་དེ་འཛིགས་གསུམ་སོགས་ལྟག་པའི་ལྟ་གང་རུང་  
གི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྡན་པའི་སྤྱོད་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སྤྱོད་བཅུད་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་དག་པ་སྤྱངས། སྤྱོད་ཐམས་ཅད་གཞལ་ཡས་  
ཁང་དང་། བཅུད་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་ལྟ་མའི་རང་བཞིན་གྱི་དག་པ་  
རབ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་དུ་བསམ། རང་མཆོད་དང་མཆོད་ཇས་  
རྣམས་སྤྲ་མེད་ཀྱི་ཆོ་ག་གང་ཡང་རུང་བར་ལྟར་བྱེན་ཆུབས་བྱ་  
བའམ། མདོར་བསྟུན། ཨོ་ཨྲཱཾ། ལན་གསུམ་བརྗོད་པས། རོ་བོ་ཡེ་  
ཤེས་ལ་རྣམ་པ་ནང་མཆོད་དང་མཆོད་ཇས་སོ་སོའི་རྣམ་པ། བྱེད་

ལས་དབང་པོ་དྲུག་གི་སྦྱོང་ཡུལ་དུ་བདེ་སྦྱོང་གི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་བར་  
ཅན་བསྐྱེད་པས་ས་དང་བར་སྤང་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་  
ཡོངས་སུ་བྱུང་བའི་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་སྦྱོན་དམ་རྩལ་སྦྱོན་  
གཟིགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་གང་བར་བསམས་ལ།  
ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མཉམ་པ་ཁྱིམ་རྒྱུ་དུ་འབྱུང་བ་  
སྟེ་ཞིབ་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

## གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་བཞི།

༥ ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་སྒྲོམ་པ་དང་། དེ་ལ་ཡན་  
ལག་བདུན་པ་མཐུལ་དང་བཅས་པའི་མཆོད་པ་འབྱུང་བ། དད་གྲུས་ཆེན་  
པོའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་  
ཆོགས་པ་ལ་ཤར་སྒྲོམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་སྦྱོང་ཞིང་གིན་སྒྲུབས་ཞུ་བའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་སྒྲོམ་པ་ལ་གཉིས།

༥ སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་གསོལ་འདེབས་ཚུལ་དངོས་དང་། ཡེ་ཤེས་པ་སྦྱོན་  
བྱངས་ནས་དབྱེར་མེད་དུ་བྱ་ཚུལ་ལོ།



# དང་པོ་སྤྲོ་མ་ལྟ་ཆོག་གས་གསོལ་འདེབས་ཚུལ་དངོས་ལ་གང་ དུ་སྒྲོམ་པའི་གནས་ནི།

སྤྱིར་སྤྲོ་མ་སྒྲོམ་པའི་གནས་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་དོ། རང་  
རང་གི་མོས་པ་དང་བསྐྱུན་པའི་གནས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྤྲོ་ཆོག་གས་ཡོད་ཅིང་།  
བྱུང་སྤེལ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ནས་ཀྱང་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། སྤྲོ་མ་དཀྱིལ་འཁོར་  
ཀྱི་གཙོ་བོ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་མདུན་ཀྱི་ནམ་མཁའ་སྒྲོམ་པ་དང་།  
སྤྲོ་མ་གཙོ་བོའི་རིགས་བདག་ཏུ་བྱས་ནས་སྒྲོམ་པ་དང་། སྤྲོ་མ་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་  
ནམ་པ་ཅན་དུ་དུར་ཁྲོད་ལ་སོགས་པར་བཞུགས་པར་སྒྲོམ་པ་དང་། སྤྱུབ་པ་  
པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་བོའི་གཙུག་དང་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་ལ་སོགས་པར་སྒྲོམ་ཚུལ་  
མང་དུ་གསུངས། དེ་དག་ལས་འདྲིར་རྗེ་ལྟར་བྱ་བ་ནི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པས་བོད་ཀྱི་སྒྲོམ་ཆེན་རྣམས་ལ་སྐྱུན་བསྐྱུལ་མཛད་པའི་དེ་བ་ལྟག་བསམ་  
རབ་དཀར་དུ་སྤྲོ་མ་སྒྲོམ་པའི་གནས་གང་དུ་བྱེད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་པར།  
དེས་ལན་སྟོ་བཟང་བཞད་པའི་སྤྱི་དབྱངས་ལས་སྤྲོ་མ་གང་དུ་བསྒྲོམ་པའི་  
གནས། །མདུན་དང་སྤྱི་གཙུག་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ། །རང་རང་མོས་པ་བཞེན་རུང་  
སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མདུན་ཀྱི་ནམ་མཁའ་དང་། སྤྱི་བོའི་གཙུག་དང་།  
སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་རྣམས་སུ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། སྒྲོམ་ཚུལ་བྱི་མ་གཉིས་  
འོག་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་། ཆོག་གས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པའི་སྐབས་འདྲིར་མདུན་  
ཀྱི་ནམ་མཁའ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྲོ་མ་ལྟ་ཆོག་གས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་རྗེ་ལྟར་

སྒྲོམ་པ་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་ཆོག་ས་ཞིང་གི་གཙོ་བོ་རྒྱུ་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི་སྒྲུབ་  
མཆོད་པའི་གཞུང་ཉིད་ལས།

༥ བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལྟ་ལམ་ཡངས་པར་ཀུན་བཟང་  
མཆོད་སྟོན་འབྲིག་ས་པའི་དབུས། །ལོ་མ་མེ་ཉོག་འབྲས་བུས་  
ཡོངས་མཛེས་འདོད་དགའའི་དཔག་བསམ་སྟོན་པའི་ཅེར། །གདོང་  
ལྡན་འབར་བའི་རིན་ཆེན་ཁྲི་སྟེང་ཆུ་སྐྱེས་ཉི་ཟླ་རྒྱས་པའི་  
སྟེང་། །བཀའ་བློན་གསུམ་ལྟན་ཅུ་བའི་སྒྲུབ་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་  
ངོ་བོ་ཉིད། །རྣམ་པ་དུར་སྟོན་འཛིན་པའི་དགེ་སྟོང་ཞལ་གཅིག་  
ཕྱག་གཉིས་འཇུ་མ་དཀར་འཕྲོ། །ཕྱག་གཡས་ཆོས་འཆད་གཡོན་  
པ་མཉམ་གཞག་བདུད་ཅིས་གང་བའི་སྦྱང་བཟེད་བསྐྱམས། །གུར་  
གུམ་མདངས་ལྟན་ཆོས་གོས་གསུམ་གསོལ་གསེར་མདོག་པཎ་  
ཞུས་དབུ་ལ་མཛེས། །

༦ ཡང་ན་སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད། ཅེས་པའི་མཆོམས་  
ནས། ཕྱག་ས་དཀར་བྱུང་བདག་རྩི་རྩི་འཆང་དབང་ཞལ་གཅིག་  
ཕྱག་གཉིས་སྦྱུ་མདོག་སྟོ། །རྩི་རྩི་ལ་བཟུང་ནས་དབྱེངས་ཕྱག་  
མར་འབྱུང་ལྟན་སྦྱེས་བདེ་སྟོང་རོལ་པས་དབྱེས། །རྣམ་མང་རིན་

ཆེན་རྒྱན་གྱིས་སྤྲུལ་ཤིང་ལྷ་རྩལ་དར་གྱིན་བཟས་སྤྲུབས། །ཞེས་  
 བ་སྟོ་དང་བསྟུན་ནས་སྟོར། དེ་གཉིས་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཆིག་གི་འཕྲོ་  
 རས་འདི་ལྟར། མཆོན་དཔེའི་རྒྱན་ལྡན་འོད་ཟེར་སྟོང་འབར་འཇའ་  
 ཆོན་སྒྲ་ལྲས་བསྐྱོར་བའི་དབུས། །རྩོ་རྩེ་སྦྱིལ་ཀྱང་ཚུལ་གྱིས་  
 བཞུགས་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམ་དག་བདེ་གཤེགས་ལྟ། །ཁམས་བཞི་  
 ཡུམ་བཞི་སྦྱེ་མཆེད་ཅ་རྒྱས་ཆིགས་རྣམས་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔའ་དངོས། །བ་སྟུ་དབྱ་བཅོམ་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་ཡན་ལག་ཁྲོ་བོའི་  
 དབང་པོ་ཉིད། །འོད་ཟེར་སྟོགས་སྟོང་གཞོན་སྦྱིན་གསང་བ་འཛིག་  
 ཉེན་པ་རྣམས་ཞབས་ཀྱི་གདན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེའི་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ནི། སྤྲུབ་པ་པོ་  
 རང་གི་སེམས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོར་སོང་བ་དེ་ཡུལ་སྟོང་བ་ཉིད་ལ་ཚུལ་  
 ཚུ་བཞག་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་དུ་སོང་བར་མོས་ཤིང་། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་  
 དེའི་ངང་ནས་རང་གི་མདུན་གྱི་ཐད་དང་གི་ནམ་མཁར་ཀྱན་བཟང་མཆོད་  
 པའི་སྦྱིན་ཕྱང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བར་མཆོམས་མེད་པར་འབྲིགས་པའི་  
 དབུས་སྟ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་སྟོང་པོ་ཡལ་ག་ལོ་མ་མེ་ཉོག་འབྲས་བྱ་  
 དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་ལས་བྱུང་བ། དེ་ཡང་དཔག་  
 བསམ་གྱི་ཤིང་དེའི་ཅ་བ་གསེར། སྟོང་པོ་དདུལ། ཡལ་ག་བྷི་རྒྱུ། ལོ་མ་

ཞེས། འདབ་མ་རྣམས་སྟུག་ །མེ་ཏྲིག་ཕུ་ཏྲིག་དམར་པོ། འབྲས་བུ་རྫོའི་སྟོང་  
 པོ་ལས་བྱས་པ། ཡལ་ག་རྣམས་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་བྲ་བ་དང་། བྲ་བ་ཕྱེད་པ་  
 དང་། ཅོད་པན་དང་། རྩ་རྒྱན་དང་། རོ་ཤལ་ལ་སོགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
 སྣ་ཆོགས་པ་འབྲུང་བ། གོས་དང་བས་ལ་སོགས་པ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
 གང་དང་གང་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་ཡལ་ག་ལས་འབྲུང་བ། ཡལ་ག་རྒྱུང་  
 གིས་བསྐྱོད་པ་ལས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྟོང་པོའི་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲིག་པ།  
 འོད་ཟེར་སྟོགས་བརྩུར་འཕྲོས་པའི་སྟེ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྟུལ་པ་དཔག་མེད་འཕྲོ་བ། ཞིང་དེ་མཐོང་བ་དང་། ཞིང་དེའི་དྲི་ཆོར་བ་  
 དང་། ཞིང་དེ་ལ་རེག་པ་དང་། ཞིང་དེའི་ཡལ་ག་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད་པའི་སྒྲ་རྩ་  
 བའི་ལམ་དུ་ཐོས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཞི་ཞིང་། ཡིད་ལ་  
 གང་བསམས་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་བ། བདེ་བ་ཅན་ཀྱི་ཞིང་བཀོད་  
 ཀྱི་མདོ་ལས་འབྲུང་བ་དང་མཆུངས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཞིང་དེའི་རྩེ་མོར་མེ་  
 ཏྲིག་འདམ་མ་ཡངས་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ། དེའི་སྟོང་དུ་མི་འཇིགས་པ་བཞི་དང་།  
 དབང་ཕྱུག་བརྒྱུད་མཆོན་པའི་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་  
 པོ་ཆེའི་བྲི་མཐོ་ཞིང་ཡངས་པའི་སྟོང་དུ་སྣ་ཆོགས་པརྩ་འདབ་མ་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྲུབ་པ་དང་ལྡན་པ། བད་རིམ་བརྩུག་ཅིག་ཡོད་པའི་འདབ་མ་འོག་མས་  
 སེང་བྲིའི་བྱར་རུང་བཟང་ཁེབས་པ། སྟོང་མ་རྒྱ་རེ་རྒྱུང་དང་དཔངས་རེ་མཐོར་  
 སོང་བའི་དབྱས་ཀྱི་བད་འདབ་བཞི་པའི་སྟེ་བར་བེའུ་འབྱུའི་སྟོང་དུ་ཤེས་རབ་  
 མཆོན་པའི་ཉི་མའི་དགྱེལ་འཁོར་དང་། ཐབས་མཆོན་པའི་རྩྭ་བའི་དགྱེལ་

འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ། བཀའ་ངེན་གསུམ་ལྡན་ངེན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་རྣམ་  
 པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པ་ཅན། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་  
 ལ། སྐྱ་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་ལ། ཞལ་འཇུག་དགྲེས་  
 པའི་ཉམས་དང་ལྡན་ལ། ཕྱག་གཡམས་ཕྱགས་ཀར་ཆོས་འཆད་དང་། གཡོན་  
 མཉམ་གཞག་གི་སྟེང་ན་བདུད་རྩིས་གང་བའི་ལྗང་བཟེད་བསྐྱམས་ལ། ཕྱག་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཟུངས་པའི་ཡུ་བ་བཟུང་བའི་ཅེ་མོ་སྐྱ་དབུང་གཡམས་གཡོན་གྱི་  
 ཐང་དུ་མེ་ཉོག་ཁ་བྱེ་བའི་སྟེང་དུ་གཡམས་སུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་གྱི་འོད་འབར་  
 བ་དང་། གཡོན་དུ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་མན་ངག་གི་གནད་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་  
 སྟེང་པོའི་སྒྲེགས་བམ་གྱིས་མཆོན་ལ། དབུ་ལ་བཤུ་ཞུ་གསེར་གྱི་མདོག་  
 ཅན་དང་། སྐྱ་ལ་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་མངེས་པར་གསོལ་བ། ཞབས་  
 རྡོ་རྗེ་སྐྱེལ་གྱུང་གིས་བཞུགས་ལ། དེའི་ཕྱགས་ཀར་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་སྐྱ་  
 མདོག་གསེར་བཙོ་མ་ལྟ་བུ། དབུ་གཙུག་ཉོར་དང་ལྡན་ལ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
 གཉིས་ཀྱིས་གཡམས་ས་གཞོན་དང་། གཡོན་མཉམ་གཞག་གི་སྟེང་ན་བདུད་  
 རྩིས་གང་བའི་ལྗང་བཟེད་བསྐྱམས་ལ། སྐྱ་ལ་ཆོས་གོས་གསུམ་མངེས་པར་  
 གསོལ་བ། ཞབས་རྡོ་རྗེ་སྐྱེལ་གྱུང་གིས་བཞུགས་ལ། དེའི་ཕྱགས་ཀར་རྒྱལ་  
 བ་རྡོ་རྗེ་འཆང་སྐྱ་མདོག་སྟོན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་རྡོ་རྗེ་དང་བེལ་  
 བུ་འཛིན་པས་ཡུམ་རྡོ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་མ་སྐྱ་མདོག་སྟོན་མོ་ཞལ་  
 གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་གྲུག་དང་ཐོད་པ་འཛིན་པ་ལ་འབྱུང་ལ། གཉིས་  
 ཀའང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་དར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ན་བཟས་སྐྱབས་ལ། མཆོན་



དཔེས་བརྒྱན་པའི་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། དེ་གསུམ་གའི་སྒྲུ་  
 ལས་འོད་ཟེར་གསལ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བ། འཇའ་ཆོན་སྒྲུ་  
 ལས་བསྐྱོར་བའི་དབྱུས་ན་བཞུགས་པ། ཇིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་  
 བོར་རྣམ་སྒྲུང་དཀར་པོ། མཁྱིན་པར་འོད་དཔག་མེད་དམར་པོ། ཐུགས་ཀར་  
 མི་བསྐྱོད་པ་སྒྲོན་པོ། ལྟེ་བར་རིན་འབྱུང་སེར་པོ། གསང་གནས་སུ་དོན་བྱུང་  
 ལྡང་ཁུ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ། སྒྲུ་མའི་ཕྱང་པོ་ལྡ་རྣམ་པར་དག་པའི་ངོ་བོར་  
 མོས། སྒྲུ་མའི་ལྟེ་བར་སྒྲུན་མ་དཀར་མོ། ཐུགས་ཀར་སྒྲུ་མ་གི་སྒྲོན་མོ། མཁྱིན་  
 པར་གོས་དཀར་མོ་དམར་མོ། སྒྲུ་བོར་སྒྲོལ་མ་ལྡང་ཁུ་རྣམས་གསལ་བཏབ་  
 ལ། ཁམས་བཞི་རྣམ་པར་དག་པའི་ངོ་བོར་མོས། སྒྲུན་གཉིས་ལ་ས་སྒྲིང་  
 དཀར་པོ་རེ་རེ། སྒྲུན་གྱི་སྒྲོར་གཟུགས་དོ་རྩེ་མ་དཀར་མོ་རེ་རེ། སྒྲུན་གཡས་  
 གཡོན་གཉིས་ལ་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་སེར་པོ་རེ་རེ། སྒྲུན་གྱི་སྒྲོར་སྒྲོ་དོ་རྩེ་མ་སེར་  
 མོ་རེ་རེ། འདས་ལ་རྣམ་སྒྲིང་སེར་པོ། འདས་ཀྱི་སྒྲོར་བྱི་དོ་རྩེ་མ་དམར་མོ།  
 ལྡགས་ལ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་དམར་པོ། ལྡགས་ཀྱི་སྒྲོར་རོ་དོ་རྩེ་མ་ལྡང་  
 ཁུ། ཐུགས་ཀར་འཇམ་དཔལ་དམར་པོ། དོ་རྩེར་སྒྲིབ་སེལ་ལྡང་ཁུ། དོ་རྩེའི་  
 སྒྲོར་རེག་བྱ་དོ་རྩེ་མ་སྒྲོན་མོ། ཆིགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་བཟང་ལྡང་ཁུ་རེ་རེ།  
 སྒྲུ་གཙུག་ཏུ་བྱམས་པ་དཀར་པོ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ། སྒྲུ་མཆོད་དང་།  
 རྩ་རྒྱུས་དང་ཆིགས་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པའི་ངོ་བོར་མོས། ཕྱག་གཡས་  
 ལ་ཁོ་བོ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་ནག་པོ། གཡོན་ལ་གཞན་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དཀར་  
 པོ། ཞལ་གྱི་སྒྲོར་རྩ་མཁྱིན་དམར་པོ། དོ་རྩེའི་སྒྲོར་བདུད་རྩི་འབྲེལ་བ་སྒྲོན་

པོ། སྐྱེད་ཕུང་གཡས་ལ་མི་གཡོ་བ་སྒྲོན་པོ། གཡོན་ལ་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་  
 སྒྲོན་པོ། དཔུས་མོ་གཡས་ལ་དབྱུག་སྒྲོན་ཅན་སྒྲོན་པོ། གཡོན་ལ་སྟོབས་པོ་  
 ཆེ་ནག་པོ། དབྱུ་གཙུག་ཏུ་གཙུག་ཏེར་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་སྒྲོན་པོ། ཞབས་  
 མཐིལ་གཉིས་སུ་གནོད་མཛེས་རྒྱལ་པོ་སྒྲོན་པོ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་  
 སྐྱེའི་ཡན་ལག་དེ་དང་དེའི་ངོ་བོར་མོས། སྐྱེའི་བ་སྐྱེའི་ཁྱི་ཆིག་སྟོང་ཐེག་ཆེན་  
 དབྱ་བཅོམ་ཉི་ཁྱི་ཆིག་སྟོང་གི་ངོ་བོ་དང་། སྐྱེ་ལས་སྐྱེས་པའི་འོད་ཟེར་རྣམས་  
 གྲང་ཕྱོགས་སྟོང་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསམ་མོ། མདོར་ན་སྤྱི་མཐོང་སྐྱེའི་བཀོད་  
 པས་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་མ་ལུས་པ་བྱུང་ཅིང་། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
 བཅས་མ་ལུས་སྤྱི་མཐོང་སྐྱེའི་ལ་བཞུགས་པ། སྐྱེའི་བ་སྐྱེའི་ཁུང་བྱ་རེ་རེའི་ཞིང་  
 ཁམས་ནའང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་བབྱང་ལས་འདས་པ་བཞུགས་  
 པ། །སྐྱེབས་གནས་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པར་མོས་པ་བརྟན་  
 པོ་བྱའོ། །ཡང་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཆིག་བསྐྱེལ་དུ་བྱས་ནས་  
 ཆོགས་ཞིང་གི་གཙུ་བོའི་ཐུགས་ཀར་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་སྒྲོམ་པར་སྒྲོ་ན།  
 ཐུགས་ཀར་བཅོམ་ལྷན་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱི་ཐོད་  
 འཇིན། །རོ་ལངས་མ་དང་སྟོམས་པར་བྱགས་པས་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་སྟོང་རོལ་  
 པས་དབྱེས། །རྣམ་མང་ཁོ་བོའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས་ཤིང་ཞལ་གདངས་ཁོ་གཉིར་  
 མཆེ་བ་གཅིགས། །རབ་བཞིད་ཁོ་བོ་སྐྱེ་མདོག་མཐིང་ནག་གཡས་བསྐྱེམ་  
 གཡོན་བརྒྱུད་ཚུལ་གྱིས་བཞུགས། །

ཞེས་འདོན་ཞིང་། དེ་ལྟར་དུ་སྒྲོམ་ཆོག་པར་དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་

ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གསུངས་པ་དྲུང་པ་ཏྲ་ཕུག་པས་བེན་བྲིས་མཛོད་པ་  
ལས་འབྱུང་ངོ། །ཕྱི་དགོ་སྟོང་དུར་སྒྲིག་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཅན། རང་ཐུབ་  
དབང་དོ་རྗེ་འཆང་དང་བཅས་པའི་སེམས་དཔའ་སྦྱུམ་བཅེགས་ཅན་དུ་བྱེད་  
པ་འདི་ནི་རྗེ་སྒྲུ་མའི་སྟོན་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་གསང་བ་ལམ་གྱི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་  
སྟོན་པའི་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ཡང་ཕྱི་དུར་སྒྲིག་འཛིན་  
པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མི་བྱ་བར་དོ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་པ་ཅན་ཉིད་དུ་བྱ་བར་སྟོ་  
ན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་རིམ་ལྔ་གདན་ཇོགས་གྱི་དམར་བྲིད་དུའང་དེ་  
བཞིན་གསུངས་ཤིང་། གདམས་ངག་གི་གཞུང་འདིར་ཡང་། ཡང་ན་རྣམ་པ་  
བྱུང་བདག་དོ་རྗེ་འཆང་དབང་ཞེས་སོགས་འདམ་ཀར་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱེད་  
ན་དོ་རྗེ་འཆང་དུ་སྒྲོམ་ཕུགས་གཞུང་དུ་གསལ་བ་ལྟར་དང་། དོ་རྗེ་འཛིགས་  
བྱེད་དུ་བསྒྲོམ་ན། སྒྲུ་མ་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཞལ་ཕུག་ཡོངས་ཇོགས་ཕུམ་  
བཅས་གསལ་བཏབ། དེའི་གནས་ལྟར་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་དཀར་། དམར་།  
སྟོ། སེར་། ལྗང་བའི་རིགས་ལྔ་དང་། སྦྱན་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སུ་  
གཏི་ཕུག་དོ་རྗེ་སོགས་དང་། གནས་གསུམ་དུ་སྦྱ་དོ་རྗེ་སོགས་གསལ་བཏབ་  
ནས་སྒྲོམ་པར་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་གསུངས། སྒྲུ་མ་ཏེ་རུ་ཀའི་  
རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲོམ་པར་སྟོ་ན། འིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་དཔལ་ཏེ་རུ་ཀ་ཕུམ་  
བཅས་སུ་གསལ་བཏབ། དེའི་ཞབས་གཉིས་བགྲད་པ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་  
ལས། རྒྱུང་དཀྱིལ་དུ་གྱུར་པར་བསམ་པ་སོགས་ཕུས་དཀྱིལ་ཡོངས་ཇོགས་  
སྒྲོམ་པའམ། དེ་མིན་ཡང་སྦྱི་བོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་རྣམས་ཕུལ་ཉེར་བཞི་

དང་། ཅ་ཁམས་རྣམས་ཁུ་ཀ་ལ་དང་རབ་གཏུམ་མ་ལ་སོགས་པའི་དཔའ་  
 བོ་དང་དཔའ་མོ་ཉིར་བཞིར་གྱུར་པར་བསམས་ཏེ་སྒྲ་མའི་སྒྱུའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 སྒོམ་པ་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པས་གསུངས། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ནི་རྒྱད་སྟེ་  
 བཞི་ག་དང་། ལྷག་པར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་མཐའ་དག་བསྐྱུས་  
 པའི་མན་ངག་གི་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ཞིང་། རྗེ་བཙུན་སྟོ་བཟང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 ཀྱིས་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་དང་། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་  
 ཀྱི་དོར་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོར་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་མཛད་འདུག་  
 པས། རྒྱད་སྟེའི་མན་ངག་གསང་བའི་གནས་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པར་མཛོན་  
 པས་བསྟན་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུད་པར་མཛོད་ཅིག །

འདིར་དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས་སྒྲ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་འདི་སྒོམ་པའི་ཐོག་མར། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལྷ་ལམ་ཡངས་པར་  
 ཞེས་གསུངས་པ་ནི་རྒྱད་སྟེ་རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་པོའི་བཙུད་ལྷང་བའི་མན་ངག་སྒྲ་  
 ར་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་མེད་ཀྱི་རྒྱད་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་རྣམས་  
 འདུས་པའི་ཅ་རྒྱད་ཀྱི་ཐོག་མར་གསུངས་པའི་སྒྲིང་གཞིའི་ཡི་གེ་བཞི་བཙུ་  
 དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཐོག་མའི་ཨེ་ཨྲི་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་འདུ་ཞིང་།  
 དེ་ཉིད་རྒྱད་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་པོ་དང་། ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་  
 ཀྱི་མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་དོ་རྗེ་སྟོང་བ་ལ་སོགས་པའི་བཤད་རྒྱུད་རྣམས་  
 དང་། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབད་པ་དུ་མས་བསྐྱབས་སོ། །

དེ་ལ་ཨེ་ཨྲི་ཀྱི་དོན་བསྐྱུ་ན་གསུམ་སྟེ། ཐོབ་བྱ་འབྲས་བུའི་ཨེ་ཨྲི། ཐོབ་



བྱེད་ལམ་གྱི་ཨེ་ཨྱ། དེ་འདྲོན་བྱེད་ཏྲགས་གྱི་ཨེ་ཨྱ་གསུམ་མོ། །ཐོབ་བྱ་འབྲས་  
བྱེད་ཨེ་ཨྱ་ནི། འབྲས་དུས་གྱི་སྒྲུ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་བཞུགས་གནས་དང་  
བཅས་པའོ། །དེ་ཡང་ཨེ་འི་དོན་ནི་མཁའ་དབྱིངས་སེང་ཁྱི་པར་སོགས་དང་།  
ཨྱ་གྱི་དོན་ནི་སྒྲུ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་སྟེ། བཤད་རྒྱུ་དོ་རྩེ་ཐོང་བ་ལས།  
ཨེ་ནི་གསང་བ་མཁའ་དབྱིངས་སམ། །ཟླ་ག་ཆོས་འབྱུང་པར་ལ། །རྣལ་  
འབྱོར་སེང་གའི་གདན་ལ་བཞུགས། །མཆོག་ཏུ་མད་བྱུང་སྟོན་པར་མཛད། །  
དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཨྱ་དོ་རྩེ། །དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་དབང་ཕྱག་དང་། །ཉེ་རུ་  
ག་དང་དུས་འཁོར་ལོ། །དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་མཆོན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཐོབ་བྱེད་ལམ་གྱི་ཨེ་ཨྱ་ནི། བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་  
ཤེས་ཏེ། བཤད་རྒྱུ་དོ་རྩེ་ཐོང་བ་ལས། །ཨེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གསུང་། །དེ་  
བཞིན་ཕ་ནི་ཐུགས་རྩེ་དང་། །ཐེག་ལེ་དེ་ཉིད་སྟོར་ལས་བྱུང་། །དེ་སྟོར་བ་  
ཡི་མད་མཆོག་གོ། །ཆོས་ཕྱང་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་བྱེད། །མདོར་བསྡུས་ཆོས་  
གྱི་ཕྱག་རྒྱའོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་རྒྱ་ཉིད། །རྒྱུད་རྣམས་སུ་ནི་ཐོག་མར་  
གསུངས། །ཞེས་ཨེ་ཨྱ་གྱི་ཨེ་འི་དོན་ནི་ཤེས་རབ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། །ཕྱི་  
དོན་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་། །ཐེག་ལེ་འི་དོན་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་པ་དང་། །བདེ་  
སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ཆོས་ཕྱང་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་གི་སྟོང་  
པོའི་དོན་ཡིན་པ་དང་། །ལམ་གྱི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་འདི་ལས་འདའ་ས་  
མེད་པས་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱག་རྒྱ་ཡིན་པར་གསུངས། །བདེ་སྟོང་དབྱེར་  
མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་འདི་གང་ལས་སྟོན་པ་དེ་ལ་སྟོགས་དུས་གྱི་ཆེ་ཐུང་གཅིག་



ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་ཐབས་ཡོད་ཀྱི། འདི་མི་སྟོན་ན་ཐབས་མེད་པར་གསུངས་  
 ཏེ། རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། རྒྱུད་ཀྱན་གྱི་ནི་སྤྱོད་གཞིར་གསུང་། །རྒྱུད་ཀྱན་གྱི་  
 ནི་དོན་བསྐྱུས་པ། །སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་མི་བྱེད་པ། །གང་ལ་དེ་ཉིད་མངོན་པར་  
 བརྗོད། །ཨི་ཨྱི་ཞེས་བྱའི་ཡི་གེ་གཉིས། །གང་ལ་འདི་གཉིས་མེད་པ་ནི། །དེ་  
 ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མེད། །ཅེས་གསུངས། སྟོན་བསྐྱུས་སུ་རྒྱུད་བྱངས་པ་ལས་  
 གྲང་། འགྲོ་བ་འདི་ཀྱན་སངས་རྒྱས་ལྷ་བདག་ཉིད། །གར་མཁན་དག་དང་  
 རི་མོ་བཟང་ལྟར་སྤང་། །གང་དུ་བདེ་ཆེན་ཞེས་བྱ་གཅིག་ཕུ་ཉིད། །གཅིག་  
 ཕུ་ཉམས་ནི་དུ་མས་གར་མང་དེ། །ཞེས་འབྲས་དུས་སུ་བྱབ་དབང་དོ་རྗེ་  
 འཆང་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཉིད་སྤྱལ་པའི་བཀོད་པ་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་སྤང་བ་  
 བཞིན་དུ། ལམ་དུས་སུ་ཡང་གང་སྤང་ཐམས་ཅད་བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་རོལ་ཏུ་བལྟ་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། གསང་བ་  
 བྱབ་པ་ལས་གྲང་། རྒྱུད་ཀྱི་དང་པོར་རྣམ་གནས་པ། །སྟོང་པོ་ལས་ནི་སྟོང་  
 པོ་མཆོག་ །དེ་ཉིད་བདེ་ཆེན་མགོན་པོ་ཡིས། །གསང་བ་དེ་ཉིད་ཅེས་བྱར་  
 གསུང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། །སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་  
 བདེ་འབྱུང་བ། །གསང་བའི་རྟོག་པའི་རྒྱུད་རྒྱལ་པོ། །དཔལ་ལྷན་འདུས་པར་  
 རྣམ་པར་གནས། །ཨི་ཨྱི་རྣམ་དག་ཡི་གེ་ལ། །ཁམས་གསུམ་པོ་ཀྱན་གྱས་  
 བྱག་འཆའ། །ཞེས་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་དེར། །ཉིལ་གྱི་གང་  
 བུ་བཞིན་དུ་མཐོང་། །གརྒྱའི་སྤང་གི་བྱེ་སྟེད་ཀྱི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 ཡོངས་གང་བ། །ཡི་གེ་དེ་ཡི་དེ་ཁོ་ན། །བསྟེན་པར་བྱས་པའི་ཐབས་ཉིད་

གྱིས། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས། །སྒྲུ་མེད་གོ་འཕང་འཐོབ་  
 པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། བྱུང་ཆེན་གྱི་གཞུང་འདིའི་དབུ་ཞབས་  
 ཀུན་ཏུ་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི་ཉིད་ཡོད་  
 ན་ཡོད་དང་མེད་ན་མེད་གྱི་བསྐྱུགས་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་དོ། །བྱུང་ཆེན་ས་ར་  
 ཏས་ཀྱང་། གཉིས་སུ་མི་བྱ་གཅིག་ཏུ་བྱ་བ་སྟེ། །རིགས་ལ་བྱེ་བྲག་དག་ཏུ་མ་  
 འབྱེད་པར། །ཁམས་གསུམ་མ་ལུས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །འདོད་ཆགས་  
 ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་ཁ་དོག་བསྐྱར་ཅིག་དང་། །དེར་ནི་ཐོག་མ་དབུས་མཐའ་  
 མེད། །རི་སྒོ་སྒྲུ་འདས་པ་མིན། །བདེ་བ་ཆེན་པོ་མཆོག་འདི་ལ། །བདག་  
 དང་གཞན་ཏུ་ཡོད་མ་ཡིན། །མདུན་དང་རྒྱབ་དང་སྟོགས་བཅུ་བྱ། །གང་གང་  
 མཐོང་བ་དེ་དེ་ཉིད། །དེ་རིང་ཉིད་ཏུ་མགོན་པོས་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཆད། །ད་  
 ནི་སུ་ལའང་ངེ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་འདི་  
 ཉིད་ལམ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྟོང་པོ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་གང་སྟངས་ཐམས་ཅད་  
 བདེ་ཆེན་ཁོ་ནའི་རྣམ་རྟེན་ཏུ་བསྟར་དགོས་པ་དང་། མཉམ་པའི་གཏེར་མཐར་  
 ཐུག་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། །དོ་ཉི་  
 དབུ་ཞབས་ཀུན་ཏུ་བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྟེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ལམ་གྱི་སྟོང་  
 པོར་འབད་ནས་བསྐྱབས་སོ། །དེས་ན་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཨེ་ཨྱི་གྱི་དོན། །སྒྲུ་མ་  
 ཐུབ་དབང་རྟོ་རྟེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་དེ་ཐོབ་པ་ལ། །ལམ་དུས་ཀྱི་ཨེ་  
 ཨྱི་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་འདི་འབད་བ་དུ་མས་བསྐྱེད་ནས། །གང་  
 སྟངས་ཐམས་ཅད་དེའི་རྣམ་རྟེན་ཏུ་འཆར་བ་ཞིག་དགོས། །དེ་ཡོང་བ་ལ་འདྲེན་

བྱེད་ཉླགས་ཀྱི་ཨེ་ཨྱི་ཀྱི་དོན་ཤེས་དགོས་པས། དེ་ནི་རབ་འདོད་ལྟ་ཡབ་  
 ཡུམ་ཀྱི་སྐྱར་བསྐྱོམ་པའི་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་འདིས་སྟོན་ནོ། །ཚུལ་འདི་ནི་ཤིན་  
 ཏུ་ཉླགས་པར་དཀའ་བས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་དགོས་ནའང་འདིར་ཡི་གེ་མངས་སུ་  
 དོགས་པ་དང་གསང་བའི་གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་དེ་ཙམ་ལས་མ་སྒྲིམ་  
 སོ། །མདོར་ན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རིམ་བཤད་པོར་གང་སྒྲུང་ཐམས་  
 ཅད་ལྟར་འཆར་བ་ཞིག་དང་། རིམ་བཤག་ཉིས་པར་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་བདེ་  
 སྟོང་གི་རྣམ་རོལ་ཏུ་འཆར་བ་ཞིག་མེད་ཐབས་མེད་པས་སྐྱེས་བུའི་རྩ་ལ་ཅི་  
 ཡོད་ཀྱིས་འབད་དགོས་སོ་ཞེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་པས། རྗེ་རྗེ་འཆར་  
 སྟོང་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས་རྗེ་སྒྲ་མའི་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་རྗེ་རྗེའི་  
 ཆོག་ཏུ་གསུངས་པ་འདི་དག་གཅེས་པར་གཟུང་ངོ་། །ཀྱན་བཟང་མཆོད་  
 སྒྲིན་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་མདོ་སྒྲེ་པལ་པོ་ཆེར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་ཏུ་  
 བཟང་པོ་ནི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་སྒྲིན་སྒྲོ་བ་དང་། སྒྲིན་ལམ་རྒྱབས་  
 པོ་ཆེའི་རྩལ་ལ་མངའ་བརྟེས་པར་གསུངས་པས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཛད་པ་  
 ལྟར་བསྐྱོམ་པའང་ཡིན་མོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་སྒྲགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོར་  
 བསྟན་པས་ཀྱན་བཟང་ཞེས་པའང་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་བྱེད་  
 གསུངས། དེ་ཡང་གསང་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་དུ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་ཞེས་པ་  
 དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། གོང་དུ་མཆོད་པ་བྱིན་རྒྱབས་  
 ཀྱི་ཆེ་ཡང་ངོ་བོ་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་བཤ

མཆོད་རྩལ་སོ་སོའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

སྒྲ་མའི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆོད་རྣམས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྔ་ལ་སོགས་  
པར་སྒྲོམ་པ་ནི་བཞད་རྒྱུད་དོ་རྩེ་ཕྱེད་བ་ལས་གསལ་བར་གསུངས་ཏེ། རྒྱུད་  
དེ་ཉིད་ལས། དོ་རྩེ་སྒྲོབ་དཔོན་ལུས་འདི་ལ། །རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་ནི་རིམ་བཞིན་  
གནས། །དང་པོ་སྐྱེ་ཡི་དོ་རྩེ་ནི། །གཟུགས་ཕུང་ལ་ནི་ཡང་དག་བཞུགས། །དེ་  
རྩེས་ནམ་མཁའ་དོ་རྩེ་ནི། །ཆོར་བ་ཡི་ནི་ཕུང་པོར་བཞུགས། །བཙུམ་ལྟན་  
གསུང་གི་དོ་རྩེ་ནི། །འདུ་ཤེས་ཀྱི་ནི་ཕུང་པོར་བཞུགས། །ལས་རྣམས་ཀྱི་ནི་  
དོ་རྩེ་ནི། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་ནི་ཕུང་པོར་བཞུགས། །བཙུམ་ལྟན་སྤྲུགས་ཀྱི་དོ་རྩེ་  
ནི། །རྣམ་ཤེས་ཕུང་པོར་ཡང་དག་བཞུགས། །ཞེས་སྒྲ་མའི་ཕུང་པོ་ལྔ་རིག་  
ལྟར་སྒྲོམ་ཚུལ་གསལ་བར་གསུངས། །ཁམས་རྣམས་ཡུམ་དུ་སྒྲོམ་ཚུལ་  
ཡང་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། ཡང་འདིའི་ཤ་སོགས་ས་ཁམས་ལ། །བཙུམ་ལྟན་  
འདས་ཡུམ་སྤྲུན་བཞུགས་སོ། །ཁྲག་སོགས་ཚུ་ཡི་ཁམས་ལ་ནི། །བཙུམ་  
ལྟན་འདས་ཡུམ་སྤྲུ་མ་བཞུགས། །རྩོ་བ་ལ་སོགས་མེ་ཁམས་ལ། །བཙུམ་  
ལྟན་འདས་ཡུམ་གོས་དཀར་བཞུགས། །མི་བསྐྱོད་ལ་སོགས་རྒྱུང་ཁམས་  
ལ། །བཙུམ་ལྟན་འདས་ཡུམ་སྒྲོལ་མ་བཞུགས། །ཞེས་སྒྲ་མའི་སྐྱེ་ལ་གནས་  
པའི་ས་ཁམས་སྤྲུན་མར་སྒྲོམ་པ་ནས་རྒྱུང་ཁམས་སྒྲོལ་མར་སྒྲོམ་པའི་བར་  
གསལ་བར་གསུངས།

སྐྱེ་མཆོད་རྣམས་སེམས་དཔར་སྒྲོམ་པ་ནི། རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། དེ་  
མིག་དབང་པོ་གཉིས་ལ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ས་སྟོང་པོ། །དེ་ཡི་རྣ་

བའི་དབང་གཉིས་ལ། །བདེ་གཤེགས་ཕྱག་ན་དྲོ་མེད། །དེ་ཡི་སྒྲ་ཕྱག་གཉིས་  
ལ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནམ་མཁའི་མཛོད། །དེ་ཡི་ལྷེ་ཡི་དབང་ལ་  
བཞུགས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཛིན་ཏེན་དབང་། །དེ་ཡི་ཡིད་ཀྱི་དབང་  
པོ་ལ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཇམ་དབྱངས་བཞུགས། །ཁམས་བཞིའི་རང་  
བཞིན་གོང་བུ་ནི། །ལུས་ཞེས་བྱ་བར་བཏགས་པ་ལ། །སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་  
རྣམ་སེལ་བ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་བཞུགས་སོ། །ལུས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་  
ཐམས་ཅད་ལ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱམས་པའོ། །ཞེས་སྒྲ་མའི་སྦྱོན་གཉིས་  
ས་སྙིང་དུ་སྒྲོམ་པ་ནས་ཆོགས་རྣམས་བྱམས་པར་སྒྲོམ་པའི་བར་གསལ་  
བར་གསུངས། །འདིར་ཀུན་བཟང་གསལ་བར་མ་བྱུང་ཡང་རྒྱད་འདི་ཉིད་ཀྱི་  
ལེ་ཏུ་ཉེར་གསུམ་པ་ལས། ཅ་རྣམས་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །བདེ་བ་ཀུན་  
ཀྱི་གཞི་ཡི་མཆོག་། །དངོས་པོ་ཀུན་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན། །འདི་ནི་ཀུན་ཏུ་བཟང་  
པོར་བཤད། །ཅེས་འབྱུང་ཞིང་། གཟུགས་དྲོ་མེད་མ་སོགས་ཀྱང་འདིར་གསལ་  
བར་མ་བྱུང་ཡང་རྒྱད་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ད་བྱག་པ་ལས། ཕྱག་རྒྱའི་རྣམ་པ་  
སྦྱོན་པོ་སོགས། །དེ་བཞིན་གཟུགས་ལའང་དབྱེ་བ་གསུམ། །གཟུགས་ཀྱི་  
དྲོ་མེད་མར་བཀྱག་ནས། །ས་སྙིང་ལ་ནི་དབུལ་བར་བྱ། །ཡང་དག་སྦྱ་དང་  
བཛོད་བྲལ་དབྱངས། །དེ་བཞིན་སྦྱ་ལའང་དབྱེ་བ་གསུམ། །སྦྱ་དྲོ་མེད་མ་ཡང་  
དག་དགུག །ཕྱག་ན་དྲོ་མེད་ལ་ནི་དབུལ། །ག་བྱར་ཨ་ཀར་རྩ་ཉི་སོགས། །དེ་  
བཞིན་བྲི་ལའང་དབྱེ་བ་གསུམ། །བྲི་དྲོ་མེད་མ་ཡང་དག་དགུག ། རམ་མཁའི་  
སྙིང་པོ་ལ་ཡང་དབུལ། །འོ་བྱེད་པ་དང་འཛིན་པ་དང་། །འོ་བྱག་དེ་བཞིན་



དབྱེ་བ་གསུམ། །དོ་ཇེ་རོ་མ་ཡང་དག་དགུག། །འཛིག་ཏེན་དབང་ཕྱག་ལ་ནི་  
 དབུལ། །དོ་ཇེ་པརྩ་ཡང་དག་སྟོར། །གོས་དང་འབྱུང་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །  
 རེག་བྱ་དོ་ཇེ་ཡང་དག་དགུག། །སྒྲིབ་སེལ་ལ་ནི་དབུལ་བར་བྱ། །ཞེས་གསལ་  
 བར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱུད་འདིར་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཡུམ་ཆོས་དབྱིངས་དོ་ཇེ་  
 མ་ཡང་གསུངས་སོ། །ཡན་ལག་ཁྱོ་བོར་སྒྲོམ་པ་ནི། རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། ལག་  
 པ་གཡས་པའི་རྩ་བར་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཤེན་ཇེ་གཤེད། །ལག་པ་  
 གཡོན་པའི་རྩ་བར་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཞན་མི་ཐུབ། །ཁ་ཡི་པརྩར་  
 བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྟ་མགིན་ནི། །གསང་བའི་གནས་སུ་  
 བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བདུད་རྩི་འབྱེལ། །དབྱང་པ་གཡས་  
 པར་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མི་གཡོ་བ། །དབྱང་པ་གཡོན་  
 པར་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འདོད་པའི་རྒྱལ། །ཕུས་མོ་  
 གཡས་པར་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱུག་པ་སྟོ། །ཕུས་མོ་  
 གཡོན་པར་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོབས་པོ་ཆེ། །རང་གི་  
 མགོ་སྟངས་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར། །རྒྱང་  
 པའི་འོག་ཏུ་བཞུགས་པ་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཞོད་མཛེས་ཏེ། །ཞེས་  
 གྲྲ་མའི་ཕྱག་གཡས་གཤེན་ཇེ་གཤེད་དུ་སྒྲོམ་པ་ནས་ཞབས་མཐེལ་གཉིས་  
 གཞོད་མཛེས་སུ་སྒྲོམ་པའི་བར་གསལ་བར་གསུངས།

མདོར་ན་གྲྲ་མའི་སྐྱེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བཞུགས་པ་ནི། རྒྱུད་  
 དེ་ཉིད་ལས། ཕུས་ནི་འདི་ཉིད་ཀུན་ལ་འདིར། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་

ཅད་བཞུགས། །སྐྱ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་ཞེས་བརྗོད་པ། །དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་  
 ཉིད་ཀྱི་སྐྱ། །དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 མ་ལུས་འདི། །ལུས་པ་མེད་པ་སངས་རྒྱས་སྐྱ། །སྐྱེ་བ་འདི་ལ་རྣལ་འབྱོར་  
 པ། །མྱ་ངན་འདས་པ་མྱར་དུ་འཐོབ། །བྱོད་ཀྱི་དགོ་བ་ཡོངས་སྦྱིན་པ། །དེ་  
 བས་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་གྱི། །ལུས་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་བཞུགས། །མཐོང་  
 བ་དོན་ནི་ཡོད་པ་གྱེ། །སྤྱི་མའི་དུས་ན་སེམས་དཔའ་ཆེ། །དེ་བས་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི། །སྐྱ་ཡི་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་གྱིས། །རབ་དུ་འབད་དེ་ལྷ་  
 མ་བསྟེན། །ཞེས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས། །ཚུལ་འདི་ནི་རྒྱུད་གཞན་  
 ལས་བྱང་གསུངས་ཏེ། །དོ་རྩེ་གདན་བཞི་ལས། །སློབ་དཔོན་རི་ལྟར་བལྟ་  
 བར་བགྱི། །ཞེས་ཞུས་པ་ན། །དེ་ཉིད་ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་ཉོན། །བྱང་ཆུབ་རྩོགས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། །ལུས་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི། །ཆ་ཤས་བྱང་  
 ཆུབ་ཡན་ལག་གནས། །དབུ་རྒྱན་རིགས་ནི་ལྷ་ཉིད་དེ། །ཞེས་གསུངས། །ལྷ་  
 མའི་སྐྱའི་བ་སྐྱ་རྣམས་དབྱ་བཅོམ་པའི་ངོ་བོར་སྒྲོམ་པ་དང་། །སྐྱ་ལས་སྐྱེས་  
 པའི་འོད་ཟེར་རྣམས་སྐྱོགས་སྐྱོང་གི་ངོ་བོར་སྒྲོམ་པ་དང་། །འཛིག་ཏེན་པའི་ལྷ་  
 མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་ཞབས་འོག་གི་གདན་དུ་སྒྲོམ་པ་ནི་དོ་རྩེ་གདན་བཞི་ལས།  
 བ་སྐྱ་རྣམས་ནི་དབྱ་བཅོམ་མོ། །འཛིག་ཏེན་པ་ནི་ཞབས་ཀྱི་གདན། །འོད་  
 ཟེར་གཞོན་སྦྱིན་གསང་བ་སོགས། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་ལྡན་པའི་སྐྱར། །རྣལ་  
 འབྱོར་ཅན་ནི་ཏྲག་ཏུ་བལྟ། །ཞེས་གསུངས། །དོ་རྩེ་མཁའ་འབྱོརི་ལེ་ཏུ་སོ་  
 གཉིས་པ་ལས། །སློབ་དཔོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཞིབ་ཏུ་གསུངས་པའི་མཐར་དེ་ལྷ་

བྱའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་ཇི་ལྟར་བལྟ་བར་བགྱི་ཞེས་ཞུས་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གྱི་རང་བཞིན་སྟུ། །ཡན་ལག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟེ། །བ་སྟུ་རྣམས་ནི་  
 དག་བཅོམ་ཉིད། །སྟེ་གཙུག་རིགས་ལྗེའི་སངས་རྒྱས་ཏེ། །འཇིག་རྟེན་པ་ནི་  
 ཞབས་གྱི་གདན། །འོད་ཟེར་གཞོན་སྟེན་གསང་ལ་སོགས། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་  
 རང་བཞིན་ལུས། །རྣལ་འབྱོར་ཅན་གྱིས་རྟག་ཏུ་བཟླ། །ཇི་ལྟའི་མཆོན་ཉིད་  
 དང་ལྡན་པར། །ཡེ་ཤེས་ཅན་གྱིས་མཆོན་ཤེས་ནས། །དེ་ལྟའི་སྒྲ་མ་འབད་  
 དེ་བསྟེན། །ཞེས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས། །དོ་རྩེ་སྟོང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་  
 ལས་ཀྱང་། སྒྲ་མ་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན། མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས། སྒྲ་མ་  
 ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས་པ། སྒྲ་མའི་མཆོན་ཉིད་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས་ཤིང་།  
 ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་ལ་ཇི་ལྟར་བལྟ་བ་ནི། རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས།  
 རྟག་ཏུ་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་པའི། །སྟོབ་མས་སྒྲ་མ་འདི་ལྟར་བཟླ། །སྒྲ་མ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་དང་མཉམ། །དེ་ཉིད་རྟག་ཏུ་དོ་རྩེ་འཆང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རིན་ཆེན་འབྱུང་། །དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་  
 སྟེན། །དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གཟུང་། །སྟོན་ཀྱི་སེམས་གྱིས་ཀྱང་  
 མི་བསམ། །ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་འཕྲོག། །སྟོན་གྱིས་དངོས་གྲུབ་  
 ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་སྟེར་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་ངོ་བོར་བལྟ་  
 དགོས་པ་དང་། །ལྟག་པར་རིགས་ལྗེའི་རང་བཞིན་ཏུ་བལྟ་བ་གསལ་བར་  
 གསུངས། །བདེ་མཆོག་གི་བཤའ་རྒྱུད་སྟོམ་འབྱུང་ལས་ཀྱང་། སྟོབ་དཔོན་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན། །ལྟ་ཡི་སྟེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན། །དཔའ་བོ་དོ་

རྗེ་བླ་མ་འཆང་བ། །མཁའ་འགྲོལ་བཅས་ལ་གསོལ་བ་གདབ། །ཅེས་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱན་གྱི་རང་བཞིན་དང་དྲོ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་པར་སྒྲོམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བར་གསུངས། དྲོ་རྗེ་གྲུང་ལས་ཀྱང་། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་མཉམ། །རི་  
 ལྟར་མགོན་པོ་རྣམ་སྒྲུང་མཛད། །དྲོ་རྗེ་འཛིན་སྦྱོར་ལྷ་མ་ཉིད། །རི་ལྟར་རྣམ་  
 མཁའ་རྒྱ་མཆོ་ཆེ། །རི་ལྟར་བྱབ་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆོས། །རི་ལྟར་མགོན་པོ་བདུན་  
 རྒྱལ་པོ། །དེ་ལྟར་དྲོ་རྗེ་སྒྲོབ་དཔོན་བཟོད། །ཅེས་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་དང་མཉམ་པ་དང་རིགས་ལྗེ་རང་བཞིན་ཏུ་བལྟས་ནས་མཆོད་དགོས་  
 པར་གསལ་བར་གསུངས། དེ་དག་ནི་འདིར་གཙོ་བོ་འགའ་ཞིག་སྒྲོས་པ་ཡིན་  
 གྱི། རྒྱུད་སྡེ་ཆེན་པོ་བཞི་ག་ནས་ལན་མང་ཏུ་གསུངས་པས། སྒྲོ་གྲོས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུད་སྡེ་ཉིད་ལ་བལྟས་ནས་མན་ངག་གི་མཐར་ཐུག་འདི་ལ་ངེས་  
 པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དོ། །འདིག་ཏེན་པ་རྣམས་ཞབས་ཀྱི་གདན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱུད་  
 སྡེ་འཛིན་ཆེན་པོ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དོན་ལ་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་  
 ནི་ཆངས་པ་དང་། དབང་ཐུག་དང་། བརྒྱ་བྱེན་ལ་སོགས་པའི་འདིག་ཏེན་  
 པའི་ལྷ་ཆེན་པོ་དག་གིས་སང་གའི་ཁྱི་འདེགས་པར་བསམ་གསུངས། ལྷ་  
 མའི་ཁྱི་རྒྱུན་ལ་འདིག་ཏེན་པའི་ལྷ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་གཙུག་གི་འོར་བུས་  
 ལྷ་མ་བྱབ་དབང་དྲོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཞབས་ཀྱི་པར་རྒྱོང་གཏུགས་པའང་ཐོབ་  
 པར་དཀའ་བ་དང་། ཞབས་ཀྱི་གདན་ཏུ་འོས་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། ལྷ་མ་  
 དྲོ་རྗེ་འདིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་ཞབས་འོག་ན་འདིག་ཏེན་གྱི་ལྷ་ཆེན་པོ་དེ་དག་  
 ཁ་སྐྱབ་ཏུ་བྱས་ཏེ་མནན་པ་དང་། ལྷ་མ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པའི་ཞབས་འོག་ན་



འདོད་ཁམས་ཀྱི་བདག་པོ་ཆུང་མ་དང་བཅས་པ་མནན་པའང་རྒྱད་ཕྱེད་དོན་  
 ཏུ་འགོ་འམ་སྒྲམ་སྟེ་ཅ་བ་ཤད་སྒྱར་བའི་མན་ངག་དང་ལྡན་ཞིང་རྒྱད་དོན་ལ་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་པར་བྱའོ། །འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོག་ས་རྣམས་གསལ་  
 འདེབས་ཚུལ་ནི། གཞུང་ཉིད་ལས།

མཐའ་སྐྱོར་རིམ་བཞིན་དངོས་བརྒྱད་སྤྲ་མ་ཡི་དམ་དཀྱིལ་  
འཁོར་ལྷ་ཆོགས་དང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་མཁའ་  
འགོ་བསྟན་སྤང་བྱ་མཆོས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས། །

[illegible]



བ་འདུས་པ་སྐྱེ་མདོག་སྒྲོན་པོ་སྒྲོ་དཀར་དམར་བའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་  
 ལ། ཕྱག་གཡས་གཡོན་གྱི་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་དོ་རྩེ་དང་དེལ་བྱ་འཛིན་ལ།  
 གཡས་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་དང་པར། གཡོན་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་རལ་གྱི་འཛིན་ལ། དབུ་སྐྱེ་རལ་བའི་ཐོར་ཚུགས་ཅན། རིན་པོ་  
 ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་ཅིང་དར་བཟང་པོའི་སྟོང་གཡོགས་དང་སྦྲད་  
 གཡོགས་གསོལ་ལ། དོ་རྩེ་སྐྱེལ་གྱུང་གིས་བཞུགས་ལ། དུམ་རེག་བྱ་དོ་རྩེ་  
 མ་སྐྱེ་མདོག་སྒྲོན་པོ་སྒྲོ་དཀར་དམར་བའི་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་གི་གཡས་  
 དོ་རྩེ་འཁོར་ལོ་པར། གཡོན་དེལ་བྱ་རིན་ཆེན་རལ་གྱི་འཛིན་པས་འབྱུང་ལ།  
 ཉེན་དང་བཉེན་པར་བཅས་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ལ། གཡས་  
 གྱི་པད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་སྐྱེ་མདོག་  
 མཐིང་ནག་ཞལ་དགྲུ་ཕྱག་སོ་བཞི། ཞབས་བཅུ་དྲུག་ལ། དུམ་དོ་རྩེ་རོ་ལངས་  
 མས་འབྱུང་ལ། ཉེན་དང་བཉེན་པར་བཅས་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་ལ། རྒྱབ་གྱི་པད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དཔལ་གྱི་དོ་རྩེ་སྐྱེ་མདོག་  
 མཐིང་ཁ་ཞལ་བརྒྱད་ཕྱག་བཅུ་དྲུག་ཞབས་བཞི་ལ། ཅ་ཞལ་ནག་པོ། གཡས་  
 ཞལ་དཀར་པོ། གཡོན་ཞལ་དམར་པོ། སྟང་ཞལ་དུད་ཁ། གཡས་གཡོན་གྱི་  
 ཞལ་ལྷག་མ་གཉིས་གཉིས་ནག་པོ། ཞལ་རེ་རེ་ལ་སྐྱེན་གསུམ་གསུམ་དང་  
 ལྡན་ཞིང་མཆེ་བ་བཞི་བཞི་གཅིགས་ཞིང་ཞལ་རྣམ་པར་འབྱུང་ལ། སྐྱེན་མ་  
 དང་སྐྱེ་ར་དམར་སེར་འབྱུག་ཅིང་རལ་བའི་ཐོར་ཅོག་སྐྱེ་པོར་བརྩེས་པའི་  
 ཅེ་མོར་སྐྱ་ཆོགས་དོ་རྩེས་མཆོན་ལ། ཐོད་པ་སྐྱམ་པོ་ལྷ་ལྷས་དབུ་ལ་བརྒྱན་

ཅིང་ཁྱག་འཛག་པའི་མགོ་བོ་ཚློན་པ་ལྟ་བུས་དོ་ཤལ་བྱས་པ། ཕྱག་བཙུ་  
བྱག་གིས་ཐོད་པ་བཙུ་བྱག་བཟུང་བའི་གཡས་ཀྱི་དང་པོ་ན་སྒྲང་པོ་ཆེ་དཀར་  
པོ། གཡོན་ཀྱི་དང་པོ་ན་སའི་ལྟ་སེར་པོ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཡུམ་ལ་འབྱུང་པ།  
གཡས་གཉིས་པ་ན་ཏྲ་ལྡང་ཁ། གསུམ་པ་ན་བོང་བྱ་ག་པ། བཞི་པ་ན་སྒྲང་  
དམར་པོ། ལྟ་བུ་པ་ན་རྩ་མོ་ཐལ་ཁ། ཕྱག་པ་ན་མི་དམར་པོ། བདུན་པ་ན་ཤར་ལྟ་  
སྟོན་པོ། བརྒྱད་པ་ན་གྱི་ལ་སེར་པོ། གཡོན་ཀྱི་གཉིས་པ་ན་ཆུང་ལྟ་དཀར་པོ།  
གསུམ་པ་ན་རྒྱུང་གི་ལྟ་ལྡང་ཁ། བཞི་པ་ན་མའི་ལྟ་དམར་པོ། ལྟ་བུ་པ་ན་སྒྲང་བའི་  
ལྟ་དཀར་པོ། ཕྱག་པ་ན་ཉི་མའི་ལྟ་དམར་པོ། བདུན་པ་ན་གཤེན་རྩེ་སྟོན་པོ།  
བརྒྱད་པ་ན་ཁོར་སྦྱིན་སེར་པོ། ཞབས་མདུན་མ་གཉིས་གཡས་བརྒྱུད་གཡོན་  
བསྐྱམ། རྒྱུ་མ་གཉིས་སྦྱིལ་གྱུང་བྱེད་པའི་གར་སྟབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ།  
དོ་རྩེ་བདག་མེད་མ་སྟོན་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྦྱོན་གསུམ་མ། ཕྱག་  
གཡས་ཀྱིས་གྱི་གྲུག་འབྱར་ཞིང་གཡོན་པས་ཐོད་པ་དང་ཁ་རྒྱུ་ག་བཟུང་ནས་  
ཡབ་ལ་འབྱུང་པ། ཉེན་དང་བཉེན་པར་བཅས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་  
རྩོགས་པ། གཡོན་ཀྱི་པད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྟ་འདས་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་  
སྦྱ་མདོག་སྟོན་པོ། ཞལ་བཞི་ཕྱག་བཙུ་གཉིས་པ། ཅ་ཞལ་ནག །གཡོན་ཞལ་  
ལྡང་། རྒྱུ་མ་ཞལ་དམར། གཡས་ཞལ་སེར་ག། ཞལ་རེ་རེ་ལའང་སྦྱོན་གསུམ་  
གསུམ་པ། མཆེ་བ་རྣམ་པར་གཅིགས་པ། རལ་པའི་ཐོར་ཅོག་གྱེན་དུ་བརྩེས་  
པའི་ཅེ་མོར་སྦྱ་ཆོགས་དོ་རྩེས་མཆོན་པ། དབྱའི་གཡོན་དུ་སྒྲ་བ་བྱེད་པས་  
མཆོན་པ། ཐོད་པ་སྐྱམ་པོ་ལྟ་ལྟས་དབྱུ་ལ་བརྒྱན་ཅིང་། ཁྱག་འཛག་པའི་

མགོ་བོའི་སྤང་བ་འཕྲུང་བ། ཕྱག་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་དོ་རྩེ་དང་རྩེལ་བྱ་བ་བྱུང་  
ནས་ཡུམ་ལ་འབྱུང་བ། དེའི་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་སྤང་པོ་ཆེའི་བགས་པ་སྒྲིག་  
མཛུབ་དང་བཅས་པའི་ཕྱག་གིས་བརྒྱུངས་ནས་འཛིན་བ། གཡས་གསུམ་པ་  
ན་རྩ་མ་རྩ། བཞི་པ་ན་དག་སྟེ། ལྷ་པ་ན་གྱི་གྲུག་དྲུག་པ་ན་མདུང་ཅེ་གསུམ་པ།  
གཡོན་པའི་ཕྱག་གསུམ་པ་ན་དོ་རྩེས་མཆོན་པའི་ཁ་འྲུ་ག། །བཞི་པ་ན་ཁྲག་  
གིས་གང་བའི་ཐོད་པ། ལྷ་པ་ན་དོ་རྩེའི་ཞགས་པ། དྲུག་པ་ན་ཆངས་པའི་མགོ་  
བོ་གདོང་བཞི་པ་འཛིན་བ། སྟག་གི་བགས་པའི་ཤམ་ཐབས་ཅན། ཡུམ་དོ་  
རྩེ་པག་མོ་དམར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་དོ་རྩེ་དང་གཡོན་  
ཐོད་པ་འཛིན་པས་ཡབ་ལ་འབྱུང་བ། ཞབས་གཉིས་ཀ་ཡབ་ཀྱི་བརྒྱའི་སྟང་  
དུ་འབྲིལ་བ། ཉེན་དང་བཉེན་པར་བཅས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པ། དེའི་འོག་གི་བད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྐྱུ་མདོག་  
སྒྲོན་པོ། ཞལ་བཞི་པའི་རྩ་ཞལ་ནག་པོ་དྲག་ཅིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པ། གཡས་  
ཞལ་དམར་པོ་ཆགས་པ་དང་བཅས་པ། རྒྱབ་ཞལ་སེར་པོ་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་  
གནས་པ། གཡོན་ཞལ་དཀར་པོ་རབ་ཏུ་ཞི་བ། ཞལ་རེ་རེ་ལ་སྐྱུན་གསུམ་  
གསུམ་དང་ལྡན་པ། རལ་པའི་ཅོད་པན་ལ་སྐྱ་ཆོགས་དོ་རྩེ་དང་ལྷ་བ་སྤེད་  
པས་མཛེས་པ། དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་དབྱ་རྒྱན་ཅན། དོ་རྩེ་ཙོར་བུ་ལ་སོགས་  
པའི་རྒྱན་བརྒྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། སྟག་གི་བགས་པའི་ཤམ་ཐབས་གྲོལ་བ།  
ཕྱག་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞིའི་དང་པོ་བཞི་བཞི་ནག་པོ། གཉིས་པ་བཞི་བཞི་དམར་པོ།  
གསུམ་པ་བཞི་བཞི་དཀར་པོ། གཡས་ཀྱི་ཕྱག་ནག་པོ་བཞིའི་དང་པོར་དོ་

རྗེ། གཉིས་པར་རལ་གྱི །གསུམ་པར་ཅེ་གསུམ། བཞི་པར་གྱི་གྲུག །དམར་  
 པོ་བཞིའི་དང་པོར་མེ་མདའ། གཉིས་པར་དོ་རྗེ་ལྷགས་ཀྱི། གསུམ་པར་སྐྱ་  
 དང་བཅས་པའི་རྒྱ་མ་རུ། བཞི་པར་ཐོ་བ། དཀར་པོ་བཞིའི་དང་པོར་འཁོར་  
 ལོ། གཉིས་པར་མདུང་། གསུམ་པར་དབྱུག་པ། བཞི་པར་དབྱ་སྟོ། གཡོན་  
 གྱི་ནག་པོ་བཞིའི་དང་པོར་དོ་རྗེ་རིལ་བྱ། གཉིས་པར་ཕུག། གསུམ་པར་ཁ་རྒྱ་  
 ག་རྣམ་པར་རྒྱས་པ། བཞི་པར་ཁྲག་གིས་གང་བའི་ཐོད་པ། དམར་པོ་བཞིའི་  
 དང་པོར་གཞུ། གཉིས་པར་དོ་རྗེའི་ཞགས་པ། གསུམ་པར་རིན་པོ་ཆེ། བཞི་  
 པར་བརྒྱ་དཀར་པོ། དཀར་པོ་བཞིའི་དང་པོར་དུང་། གཉིས་པར་མེ་ལོང་།  
 གསུམ་པར་དོ་རྗེ་ལྷགས་སྟོག །བཞི་པར་ཆངས་པའི་མགོ་བོ་གདོང་བཞི་  
 པས་ཕུག་གི་བརྒྱ་ལ་སྐྱས་པ། ལྷ་ཉི་སྐྱ་གཅན་དུས་མའི་སྟེང་དུ་ཤིན་ཏུ་རོལ་  
 པའི་གཡས་བརྒྱུད་གིས་བཞུགས་པའི་ཞབས་གཡས་དམར་པོ་དང་། གཡོན་  
 དཀར་པོས་འདོད་ལྟ་དང་བྲག་པོ་མནན་པ། ལྷ་ཆོགས་ཡུམ་སྐྱ་མདོག་གསེར་  
 མདོག །མདུན་ནས་གཡས་སྒྲོར་གྱིས་སེར་དཀར་སྟོ་དམར་བའི་ཞལ་བཞི་  
 དེ་དེ་ལ་སྐྱོན་གསུམ་གསུམ་དང་ལྡན་པ། ཕུག་བརྒྱུད་གྱི་གཡས་བཞི་ན་གྱི་  
 གྲུག །ལྷགས་ཀྱི། སྐྱ་དང་བཅས་པའི་རྒྱ་མ་རུ་དང་བཟང་སྟེང་། གཡོན་བཞི་  
 ན་ཐོད་པ། ཞགས་པ། བད་དཀར་འདབ་མ་བརྒྱུད་པ་དང་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱམས་  
 པ། དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཅོད་པན་ཅན། ཕུག་རྒྱ་ལྷས་བརྒྱན་པ། གཡོན་བརྒྱུད་  
 གི་སྟབས་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པས་གནས་པ།  
 སྐྱ་གསུང་ཕུགས་གྱི་ལྷ་ཆོགས་དང་བཅས་པ། གཞན་ཡང་དབྱ་ནག་གཤེད་



དམར་ལ་སོགས་པའི་སྤྲ་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་  
 འོག་གི་པད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱན་རིག་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་སྐྱེ་  
 མདོག་དཀར་པོ་ཞལ་བཞི་དཀར་བ། ཕྱག་གཉིས་ཉིང་རེ་འཛིན་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱས་  
 འཁོར་ལོ་ཅིབས་བརྒྱད་པ་བསྐྱམས་ཤིང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 བརྒྱན་བ། དར་ལྗེ་སྟོང་གཡོགས་དང་སྦྲད་གཡོགས་ཅན། ཞི་བའི་གཟིགས་  
 སྤངས་མཛད་ཅིང་དོ་རྩེ་སྐྱེལ་ཁྱུང་གིས་བཞུགས་པ། གཞན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ། དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཞལ་གཅིག་  
 ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་པ། སྐྱེ་གསེར་ཀྱི་མདོག་ཅན།  
 འབར་བའི་ཕྱིང་བ་འཁྲིགས་པ། བརྒྱ་དཀར་པོའི་གདན་ལ་བཞུགས་པ། དབུ་  
 རྒྱན་དང་ཐོར་ཚུགས་ཅན། དར་ལྗེ་སྟོང་གཡོགས་དང་སྦྲད་གཡོགས་  
 གསོལ་བ། གཞན་ཡང་སྟོང་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྐྱོར་  
 བ། དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་དམ་ཆིག་གསུམ་བཀོད་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་སྐྱེ་མདོག་གསེར་བཅོམ་ལྡན་བྱ། མཆོན་སུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་དང་  
 དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་སྤྲས་པ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཆོས་འཆད་  
 ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འབར་བའི་དབུས་ན་དོ་རྩེ་སྐྱེལ་ཁྱུང་གིས་  
 བཞུགས་པ། གཞན་ཡང་མགོན་པོ་ཆེ་དཔག་མེད། འཕགས་པ་ཐུགས་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་ཞལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དོ་རྩེ་མི་འཁྲུགས་པ། དོ་རྩེ་རྣམ་  
 པར་འཛོམས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱོར་བ།



དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་བསྐྱལ་བཟང་གིས་སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་། སངས་  
 རྒྱས་སུམ་ཅུ་སོ་ལྔ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱོར་བ། དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་  
 ཉེ་བའི་སྤྲས་བརྒྱད་སོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ།  
 དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་རང་རྒྱལ་བཅུ་གཉིས་སོགས་རང་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་ལ་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་འོག་གི་པད་འདབ་  
 ལ་ཡུལ་ཉེར་བཞིའི་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་འོག་  
 གི་པད་འདབ་ལ་མདུན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཕྱག་དྲུག་པ། དམ་ཅན་ཆོས་  
 ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྟོང་སྟངས་མ་རྣམས་  
 ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ། དེའི་པོ་ཆེའི་ཁྱིའི་ཕྱོགས་བཞིར་ཤར་དུ་ཡུལ་  
 འཁོར་བསྐྱུང་། སྟོར་འཕགས་སྐྱེས་པོ། རྩལ་ཏུ་སྤྱོད་མི་བཟང་། བྱང་དུ་རྣམ་  
 ཐོས་སྤྲས་རྣམས་བཞུགས་པ། ཆོགས་ཞིང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་  
 མདུན་ན་གདན་ཁྱི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་རང་རང་གིས་གསུངས་པའི་ལུང་  
 གི་ཆོས་རྣམས་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཀྱི་པོ་ཉིའི་རྣམ་པར་ཡོད་པ། དེ་དག་  
 གི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གང་ལ་གང་འདུལ་ཀྱི་སྒྲུལ་པའི་བཀོད་པ་བསམ་ཀྱིས་མི་བྲལ་  
 པ་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བ། གཙོ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་སྐྱོད་ཅེའི་ངོ་  
 བོ་ཨོ་དཀར་པོ། མགོན་པར་གསུང་ངོ་ཅེའི་ངོ་བོ་ལྷ་རྣམས་པོ། ཕྱགས་ཀར་  
 ཕྱགས་ངོ་ཅེའི་ངོ་བོ་རྩྱུ་སྟོན་པོ་རེ་རེ་གསལ་བཏབ་པོ། །

དེ་ལྟར་ཚོགས་ཞིང་གི་གཙོ་བོ་སྤྲ་མ་སེམས་དཔའ་སྤྲུམ་བཞེགས་

ཅན་ལུས་དགྲིལ་གྱི་ལྷ་དང་བཅས་པ་སོགས་ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་  
 ཚུལ་དེ་དག་ནི་རྒྱད་སྡེའི་དགོངས་པ་མ་མེད་པར་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ཡང་རྒྱད་སྡེ་ནས་གསུངས་པ་འདིར་གྲིས་པ་ཅམ་ཞིག་མིན་གྱི། ཅ་བཤད་  
 སྒྱར་བའི་རྒྱད་སྡེའི་མན་ངག་གོང་དུ་བཤད་བེན་པ་ལྟར་དམ་པ་བར་མ་ཆད་  
 བ་ལས་བརྒྱད་པ་དང་། ལྷག་པར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་ལ་མགོན་པོ་  
 འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་གནང་བའི་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པ་  
 རྣམས་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོ་དང་། རྡོ་རྗེ་འཆང་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་མཆོན་གཉིས་ལ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་ཅིང་  
 གནང་བ་སྟལ་བ་ལྟར་ཡི་གེར་འགོད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་  
 བའང་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་དེ་བ་ལྷག་བསམ་རབ་དཀར་དུ་མདོ་རྒྱུད་  
 དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནས་བཤེས་གཉིན་བསྟན་ཚུལ་ལ་  
 བསྐྱུགས་པ་ཆེ་བར་བརྗོད་འདུག་ཅིང་། བྱད་པར་དུ་སྒྲོམ་ཆེན་པ་རྣམས་སླ་  
 མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་རྩལ་དུ་འདོན་པ་ཡིན་ན། སླ་མ་བསྒྲོམ་པའི་གནས། སླ་  
 མའི་གྲངས། སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་གཞིའི་སྒྲོམ་འབྱེད། ཅ་བའི་སླ་མ་  
 དང་རྡོ་རྗེ་འཆང་དབྱེར་མེད་ལུགས། འོད་ཟེར་གྱི་སློབ་སྐུ་རྣམས་ཇི་ལྟར་བྱེད་  
 གྱིན་ཡོད་རྣམས་འདིའོ། །ཞེས་དེ་བ་མཛད་ཅིང་། དེའི་དེས་ལན་སློབ་བཟང་  
 བཞད་པའི་སླ་དབྱངས་ལས། སླ་མ་གང་དུ་བསྒྲོམ་པའི་གནས། །མདུན་ནམ་  
 སྤྱི་གཙུག་སྤྱིང་གི་དགྲིལ། །རང་རང་མོས་པ་བཞིན་རུང་སྟེ། །ཨ་ཞི་ཞྭ་ནའི་  
 རྒྱུད་ལས་གྱང་། །དེན་དང་ལྷན་པའི་སླ་མ་དེ། །ལག་པའི་མཐེལ་ལམ་སྤྱིང་

གི་དགྲིལ། །ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གར་བསྐྱོམས་ཀྱང་། །སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་  
བྱིན་རྒྱལས་ཀྱང་། །གང་ཟག་དེ་ཡིས་སྤྱད་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་སྒྲུབ་མཆོད་  
གངས་དང་ནི། །རྣམ་འབྱོར་དངོས་གཞི་སྒྲིམ་ཚུལ་དང་། །དོ་རྩེ་འཆང་དང་  
དབྱེར་མེད་དུ། །ལྟ་དང་འོད་ཟེར་སྟོ་བསྐྱུ་སོགས། །དི་ལྟར་བྱེད་པའི་རིམ་བ་  
རྣམས། །གངས་རིའི་ཁྱོད་ཀྱི་བས་གཙང་སྒྲུབ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རང་  
ཉིད་ཀྱི། །ཞལ་ལས་འོངས་པའི་སྟོན་རྒྱུ་རྣམས། །ཡི་གེ་ལོགས་སུ་བྲིས་པ་  
བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་དངས་ནས་དབྱེར་མེད་དུ་བྲུ་ཚུལ་ནི།

༥ གཞུང་ཉིད་ལས།

དེ་དག་སྟོ་གསུམ་དོ་རྩེ་གསུམ་མཆོན་རྒྱུ་ཡིག་འོད་ཟེར་  
ལྷགས་རྒྱ་ཡིས། །རང་བཞིན་གནས་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྤྱན་  
དངས་དབྱེར་མེད་བརྟན་པར་གྱུར། །

སྤྱན་ཆོགས་བདེ་ལེགས་འབྱུང་གནས་དུས་གསུམ་གྱི། །

ཅ་བརྒྱུད་སྒྲུབ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ། །

དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱོང་སྤྱང་ཆོགས་བཅས། །

ཐུགས་རྗེའི་དབང་གིས་འདིར་གཤེགས་བརྟན་པར་བཞུགས། །

ཞེས་གསུངས། དེའི་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ནི། ཆོགས་  
 ཞིང་ཐམས་ཅད་དང་། བྱེད་པར་བྱེད་ཅན་ཅུ་བའི་སྒྲ་མ་སེམས་དཔའ་སྐུ་  
 བཅེགས་ཅན་གྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་གྱི་ལྷགས་ཀྱི་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོས་  
 པས། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་མཆོད་  
 པའི་ཆོགས་ཞིང་གི་རྣམ་པར་སྦྱོར་བྱངས། སྦྱོར་འདྲེན་ཚུལ་ལ་མང་དུ་ཡོད་  
 གྱུར། སྐབས་འདིར་རང་བཞིན་ཆོས་སྒྱའི་གནས་ནས་སྦྱོར་འདྲེན་པ་ཡིན་  
 གསུང་། དེ་ལྟར་སྦྱོར་བྱངས་པའི་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྤར་གསལ་བཏབ་པའི་  
 སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱི་བོར་བྱོན། ར་ཆུ་བྱི་འོ་ཞེས་བརྗོད་ནས་དབྱེར་  
 མེད་དུ་འདྲེས་ཤིང་བརྟན་པར་བཞུགས་པའི་མོས་པ་བྱ། ཐུགས་འདི་བརྗོད་  
 པའི་ཆེ་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ནི། ར་ཆེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཡེ་ཤེས་པ་  
 རྣམས་དམ་ཆིག་པ་སོ་སོའི་སྦྱི་བོར་བྱོན། རྩྱུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཡེ་ཤེས་པ་  
 རྣམས་དམ་ཆིག་པ་སོ་སོ་ལ་ཐེམ། བྱི་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་དབྱེར་མེད་གཅིག་  
 ཏུ་འདྲེས། འོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་དབྱེས་བཞིན་བརྟན་པར་བཞུགས་པའི་  
 མོས་པ་བྱའོ། །སྒྲི་གསུམ་དོ་རྗེ་གསུམ་མཆོན་ཞེས་པའི་དོན་ལ་རྒྱས་པར་  
 བ་ལྟ་སོ་སོའི་སྦྱི་བོར་སྦྱོར་དོ་རྗེ་རྣམས་སྤར། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཨོ། མགྱིན་པར་  
 གསུང་དོ་རྗེ་འོད་དཔག་མེད། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཨུམ། ཐུགས་ཀར་ཐུགས་དོ་  
 རྗེ་མི་བསྐྱོད་པ། དེའི་ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་རྣམས་བསྐྱོམ་གསུངས། བསྐྱུ་ན་གོང་

དུ་བཤམ་པ་ལྟར་ཡི་གེ་གསུམ་འགོད་ཅིང་། ཡི་གེ་གསུམ་པོ་ཉིད་ལའང་དོ་རྩེ་  
 གསུམ་ཞེས་མན་ངག་སྟེ་མ་ལས་གསུངས། འདིར་དམ་ཆིག་པ་ལ་ཡེ་ཤེས་  
 པ་སྐྱེན་འབྲེན་པ་ནི་ཐ་མལ་གྱི་སྤང་ཞེན་ལྡོག་པའི་སྤྱིར་ཡིན་པར་མན་སྟེ་ལས་  
 གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་སྒྲུབ་བྱུང་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་སྐྱའི་བཀོད་  
 པས་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བས་རང་གི་མདུན་ན་བཞུགས་བཞིན་པ་  
 ཡིན་པ་ནི། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་རྩེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་བསྐྱབས་  
 པའི་སྤྱིང་གཞི་དང་། སྟོན་གྱི་བྱུང་ཆེན་མང་པོས་ལྷག་པའི་ལྷ་བསྐྱབས་པའི་  
 ལོ་རྒྱུས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། བདག་ཅག་ཐ་མལ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་  
 ཏོག་ལ་ཞིང་གཞན་དང་གཞན་ན་བཞུགས་ཡོད་པར་སྤང་བས། རྣམ་ཏོག་དེ་  
 ལྡོག་པའི་སྤྱིར་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྐྱེན་བྱངས་ནས་དམ་ཆིག་པ་ལ་བསྟེམ་པ་  
 ཡིན་གསུངས། དམ་ཆིག་པའི་དོན་ནི། དམ་ཆིག་གི་སྐྱད་དོད་ས་མ་ཡ་ལ་ཡི་  
 གེ་ལུལ་བའི་ངེས་ཆིག་གིས་བཤམ་ན་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་འགྲོ་འོང་བྱེད་  
 པའི་གནས་ལ་འཇུག་པར་མན་ངག་སྟེ་མར་བཤམ། བྱམས་མགོན་སྒྲུབ་རིན་  
 པོ་ཆེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྒྲུབ་པའི་ལུས་ནི་སྤྱོད་པ་བཙུའི་སངས་རྒྱུས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཆོགས་ཁང་ཡིན། ཞེས་གསུང་། ཚུལ་འདི་ལ་དཔྱོད་ཤེས་ན་སྒྲུབ་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་ལ་ངེས་པ་ལུལ་སྤྱིན་སྟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲུབ་དང་དོ་རྩེ་འཆང་དབྱེར་མེད་དུ་བསྟར་བ་ནི། སྐྱེ་འབྱུལ་བ་བ་  
 ལས།

སྟོབ་དཔོན་དང་ནི་དོ་རྩེ་འཛིན། །



ཐ་དད་པར་ནི་མི་བརྟག་གོ།

ཞེས་སོགས་རྒྱད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ནས་  
ལན་ཅིག་མིན་པར་གསུངས་ཤིང་། བྱ་ཡུལ་བའི་ལམ་རིམ་ལས་ཀྱང་། དེ་  
ཡང་སྤྲོ་མ་བས་བཟང་བའི་དོ་རྩེ་འཆང་ངམ། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཞིག་ལོགས་སུ་  
ཡོད་པར་འདོད་ན་ནི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱད་ལ་དངོས་གྲུབ་གང་ཡང་མི་འཛོལ།  
ཅེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། མར་པ་ལོ་  
རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་གྱི་དམ་པ་མང་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཀྱང་སྤྲོ་མ་ལས་ཡི་  
དམ་གྱི་ལྷ་བཟང་བར་བལྟས་པ་དང་། སྤྲོ་མ་འདི་སྟོན་དུ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ལ་ཕྱག་  
བྱས་པ་སོགས་ལ་ཉེན་འབྲེལ་འབྱུགས་པའི་ཉེས་སྟོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་  
གསུངས་པ་དང་། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ལས་། འདི་ནི་རང་བྱུང་བཅོམ་  
ལྷན་འདས། །ལྷག་པའི་ལྷ་ནི་གཅིག་ཕུ་ཉིད། ། མན་ངག་རབ་ཏུ་སྟེར་བའི་  
ཕྱིར། །དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་དེ་བས་ལྷག་ །ཅེས་དོ་རྩེ་འཆང་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་  
བལྟ་དགོས་པར་གསུངས་པ་སོགས་ལ་ངེས་པ་བྱངས་ནས་སྤྱོད་པ་གསུམ་  
མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་མཆོད་ཡུལ་གོང་ན་མེད་པ་ཡིན་པར་མོས་པ་  
བརྟན་པོ་བྱའོ།

གཉིས་པ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ལ་གཉིས།

༥ སྤྲོ་མ་མཆོད་པ་གལ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆོན་བསམ་པ་དང་། སྤྲོ་མ་མཆོད་  
ཚུལ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་སྒྲུ་མ་མཆོད་པ་གལ་ཆེ་བའི་རྒྱུ་མཆོན་བསམ་པ་ནི།

སྒྲུ་མ་མཆོད་པའི་གཞུང་ཉིད་དུ།

དེ་ནས་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་རིམ་ལྔར།

མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤངས་ནས། །

སྒྲུ་མ་མཆོད་པ་ཡང་དག་བཅུམ། །

དེ་མཉེས་པས་ནི་ཀུན་མཁྱེན་གྱི། །

ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནི་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གཞན་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་ལས་སྒྲུ་  
མ་མཆོད་པ་དོན་ཆེ་བར་གསུངས་པ་ལ་ངེས་ཤེས་བྱངས་ནས་ཡན་ལག་  
བདུན་པ་འབྲུལ་བ་ལ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་སྦྱིར་བསག་སྦྱང་གལ་ཆེ་  
བ་དང་། ལྷག་པར་སྦྱར་དུ་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཆོགས་རྒྱབས་ཆེན་  
སྦྱར་དུ་རྫོགས་པ་དང་། སྦྱིབ་པ་ནམས་སྦྱར་དུ་བྱང་བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་  
འབྲུལ་ཞིག་ཤེས་དགོས། དེ་ལ་པར་སྦྱིན་ཐེག་པར་བསྐྱལ་ཆེན་གངས་མེད་  
མང་པོར་ཆོགས་ཀྱི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བསག་དགོས་  
ལ། སྒྲུ་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་འདིར་ནི་དེ་འདྲ་བའི་དུས་རིང་བ་དང་། བྱ་དཀའ་བ་  
ལ་མི་ལྟོས་པར་སྦྱིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་འཛང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་  
ནམས་ཆང་བར་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ནི་རང་ཉིད་སྦྱི་ནལ་འབྱོར་བྱུང་བར་

ཅན་དང་ལྡན་པའི་སློན་ས་ཆོག་ས་གསོག་པའི་ཞིང་མཐར་ཐུག་པ་སླ་མ་དང་  
 དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ལྟ་ཆོག་ས་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་པ་ལ་དག་པ་རབ་འབྲམས་  
 གྱི་མཆོད་པ་ཆོད་མེད་པ་ལུལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་དང་སྐད་ཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 རྒྱ་ཆོག་ས་རྒྱལ་ས་པོ་ཆེ་རྣམས་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བདེ་  
 མཆོག་ཅ་རྒྱད་ལས། །དེ་ནས་སྐབ་པོས་དངོས་ཀྱི་གྱིས། །དང་པོར་སློབ་  
 དཔོན་མཉེས་པར་བྱ། །འབྲུབ་འདོད་ཤིན་ཏུ་མཉམ་བཞག་པས། །རི་ལྟར་  
 རྒྱས་པས་སླ་མ་མཆོད། །ཅེས་དང་། སློབ་དཔོན་ལུས་སུ་ལེགས་གནས་  
 ཏེ། སྐབ་པ་པོ་ལས་མཆོད་པ་ལོན། །ཞེས་དང་། བསོད་ནམས་རྒྱུང་བའི་  
 སྐབ་པོས་གྱུར། །དེ་མཉེས་བྱས་པས་རྟེན་པར་འབྲུར། །ཞེས་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་  
 པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱུར་དུ་ཐོབ་པ་ལ་སླ་མ་མཆོད་དགོས་པ་དང་། དེ་  
 མཆོད་ན་ཆོག་ས་སྐྱུར་དུ་རྫོགས་ཏེ་དངོས་གྲུབ་སྐྱུར་དུ་འཐོབ་བར་གསུངས།  
 སློབ་དཔོན་ལུས་སུ་ལེགས་གནས་ཏེ། །ཞེས་སོགས་ལུང་ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་  
 གྱི་དོན་རྒྱད་འབྲེལ་སྤྲས་དོན་ཀྱི་གསལ་ལས་སྟོགས་མའི་དུས་སུ་ཏེ་རུ་ཀ་  
 སློབ་དཔོན་གྱི་ལུས་ལ་བཞུགས་ནས་སློབ་མའི་མཆོད་པ་བཞེས་པ་དང་། ཆེ་  
 ལྟོད་ལ་བསོད་ནམས་རྒྱུང་དུ་འཕྱོང་མི་ཞིག་ཡིན་ཡང་། རྗེ་རྗེ་སློབ་དཔོན་མཆོན་  
 ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མཇུག་ནས་དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་ན།  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་སློབ་དཔོན་དེའི་ལུས་ལ་བཞུགས་ནས་སློབ་མ་དེའི་བསོད་  
 རྣམས་བསྐྱེད་ཅིང་ཆོག་ས་སྐྱུར་དུ་རྫོགས་པར་མཇུག་པས་ཆེ་སྐད་ལ་མཆོག་  
 འབྲུབ་པར་གསུངས། གྱུར་ལས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་གྱིས་

གསོལ་བ། སློབ་དཔོན་ལ་ངེ་ལྟར་བལྟ་བར་བསྒྱུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 བཀའ་སྩལ་བ། སློབ་དཔོན་སྟོན་པར་གྱུར་པ་ནི། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
 ཕྱག་མཛད་པ། །བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་པ་དང་མ། །འདི་ཉིད་ཡིད་ལ་བསམ་  
 པར་བྱ། །དེ་ཅིའི་སྤྲད་དུ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཀའ་སྩལ་བ། །རྩོ་  
 རྩེ་སེམས་དཔའ་སངས་རྒྱས་དང་། །རྩོ་རྩེ་ཆོས་དང་གཟི་བརྩེད་དང་། །བདུན་  
 ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་དངོས་གྲུབ་རྣམས། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡིས་དཀའ་བ་མེད། །མིག་  
 སྟོན་དང་ནི་རྒྱུ་མཁྱེགས་དང་། །རལ་གྱི་ས་འོག་སྐྱབ་པ་དང་། །རིལ་བྱ་དང་  
 ནི་མཁའ་སློབ་དང་། །མི་སྤང་བ་དང་བཅུད་ཀྱི་ལེན། །གང་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་རྩོ་  
 རྩེ་ཡང་། །མཉེས་པས་སྦྱར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་དུང་  
 གཤེགས་ཏེ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཕྱག་མཛད་དོ། །རྩོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་  
 རི་ལྟ་བར། །དེ་ལྟར་སློབ་དཔོན་གཟུགས་འཛིན་ཏེ། །སེམས་ཅན་རྩེ་སྦྱ་  
 བཅུང་དམིགས་ནས། །པལ་བའི་གཟུགས་སྦྱ་གནས་པའོ། །ཞེས་རྩོ་རྩེ་སློབ་  
 དཔོན་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱག་མཛད་པའི་གནས་ཡིན་པ་དང་།  
 དེ་མཆོད་དེ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་སྦྱར་དུ་  
 འཐོབ་པར་གསུངས། །འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་ལས། །འདི་ཡི་དོན་ལྡན་འགའ་  
 ཞེག་ལ། །ང་ནི་དེ་ཡི་ལྷས་གནས་ཏེ། །སྐྱབ་པོ་གཞན་ལ་མཆོད་པ་ལེན། །དེ་  
 མཉེས་དེ་ཡིས་རང་གི་རྒྱུ། །ལས་ཀྱི་སློབ་པ་དག་བྱེད་པའོ། །ཞེས་སློབ་  
 མས་སྒྲུ་མ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མཆོད་པའི་ཆེ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲུ་མ་དེའི་ལྷས་ལ་བཞུགས་ནས་མཆོད་པ་བཞེས་པར་གསུངས་པ་

དང་། གསང་བ་བྱུང་བ་ལས། སྤྲུལ་དང་ནི་དོ་རྩེ་འཛིན། །གང་གིས་གཉིས་  
 སུ་མེད་པར་མཐོང་། །དངོས་བྱུང་བསྐྱུས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །དེ་ཉིད་དེ་  
 ནི་འདིར་ཐོབ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། དེ་ཉིད་དོ་རྩེ་འཆང་སྤྲུལ། །བསྐྱོམ་དང་  
 ལྡན་པས་འགྱུང་བར་འགྱུར། །གཞན་དུ་དེ་ཉིད་ལྡན་གྱུར་གྱང་། །དངོས་བྱུང་  
 འབྲས་བུའི་སྒོད་མི་འགྱུར། །ཞེས་སྤྲུལ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་དུ་བསྐྱོམས་ནས་གསོལ་  
 བ་བཏབ་ན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་འཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། སྤྲུལ་  
 མ་ལ་དད་པ་མེད་ན་རྒྱུད་དོན་ཤེས་གྱང་དངོས་བྱུང་མི་འཐོབ་པར་གསུངས།  
 ཡེ་ཤེས་བྱུང་བ་ལས། རྒྱུ་བ་འཛིན་པ་མེད་པ་ཡི། །བྱུ་ཡིས་པ་རོལ་ཕྱིན་མི་  
 འགྱུར། །ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རབ་རྩོགས་གྱང་། །སྤྲུལ་མེད་ན་སྤྲིད་མཐར་  
 མིན། །ཞེས་བྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆུའི་པ་རོལ་དུ་སྐྱོལ་བ་མཉན་པ་ཁོ་ན་ལ་སྒོས་  
 གྱི། དེ་མེད་པར་མི་རུས་པ་ལྟར། དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་  
 དང་པོར་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ནས་མཐར་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་བར་སྤྲུལ་མའི་བྱིན་  
 རྒྱུ་ལས་ཁོ་ན་ལ་སྒོས་གྱི། དེ་མེད་པར་ཐོབ་མི་རུས་པར་གསུངས་པ་དང་།  
 མདོར་ན་རྒྱུད་དོན་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུ་པ་ལས། དངོས་བྱུང་སྒོལ་དཔོན་རྩེས་  
 འབྲང་ཞེས། །དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ཉིད་གསུང་བར། །ཤེས་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་གྱིས། །སྤྲུལ་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱ། །ཞེས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་  
 གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པ་སྤྲུལ་པའི་རྩེས་སུ་འགྲོ་བར་གསུངས།  
 འདི་ལ་རིགས་པའི་ལམ་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་བརྟགས་ན་ནི་སྤྲུལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་  
 ལ་ངེས་པ་ཕུལ་ཕྱིན་སྟེར་རོ། །དེ་ཡང་དཔེར་ན། དུ་བ་མའི་རྩེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་



བྱེད་ཅེས་པ་དུ་བ་མེ་ཁོ་ན་ལ་བཏེན་ནས་འབྱུང་གི། །མེ་མེད་པར་དུ་བ་ནམ་  
ཡང་འབྱུང་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དུ། །ས་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པའི་ཡོན་ཏན་  
གང་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་དད་པ་ཁོ་ན་ལ་བཏེན་ནས་འབྱུང་གི། །དེ་མེད་  
པར་འབྱུང་ཐབས་མེད་ཅེས་པའོ། །ཚུ་ལ་དེ་དག་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་དབྱུད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་དད་པ་དང་། བཀའ་ངེན་རྗེས་སུ་  
བྱུང་བའི་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་ལ་སྒྲ་  
མ་སྟོ་ཆོགས་ལ་བྱུག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་སྒྲ་མ་སྟོ་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་འབྱུལ་བའི་ཚུ་ལ་ལ་གསུམ།

༥ བྱུག་འཆལ་བ། མཆོད་པ་འབྱུལ་བ། ཡན་ལག་སྟོག་མ་རྣམས་བྱ་  
ཚུ་ལ་ལོ། །

དང་པོ་བྱུག་འཆལ་བ་ལ་ལྔ།

སྒྲ་མ་ལོངས་སྟོན་རྟོགས་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྟོན་པ་བསྟོན་ཅིང་བྱུག་  
འཆལ་བ། སྒྲ་མ་སྐྱུ་ལ་བའི་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྟོན་པ་བསྟོན་ཅིང་བྱུག་འཆལ་  
བ། སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྟོན་པ་བསྟོན་ཅིང་བྱུག་འཆལ་བ། སྒྲ་  
མ་མཆོག་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྟོན་པ་  
བསྟོན་ཅིང་བྱུག་འཆལ་བ། བྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་

མའི་སྐུལ་པར་བལྟས་ཏེ་ཕྱག་འོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་སླ་མ་ལོངས་སྟོང་རྫོགས་སྐུར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒོ་ནས་  
བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་བ་ནི།

གཞུང་ལས།

གང་གི་ཕྱགས་རྗེས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས། །

སྐུ་གསུམ་གོ་འཕང་མཆོག་གྲང་སྐྱད་ཅིག་ལ། །

སྟོལ་མཛད་སླ་མ་རིན་ཆེན་ལྟ་བུའི་སྐུ། །

དོ་རྗེ་ཅན་ཞབས་བརྒྱར་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ནི་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་ལས། གང་གི་  
བློ་གྱིས་བདེ་ཆེན་ཉིད། །སྐྱད་ཅིག་གིས་ནི་ཐོབ་འགྱུར་པ། །སླ་མ་རིན་ཆེན་  
ལྟ་བུ་ཡི། །དོ་རྗེ་ཅན་ཞབས་བདེ་ལ་འདུད། །ཅེས་འགྱུར་བ་དེའི་འདིར་ཆོག་གི་  
སྟོར་བའི་བྱད་པར་ཅུང་ཟད་མ་གཏོགས་དེ་ཉིད་བཀོད་པར་སྒྲུང་ངོ་། །དེ་ཡང་  
སྟོགས་དུས་གྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་ཟུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ནི་སླ་མ་ཁོ་  
ནའི་བཀའ་བློན་ལ་རག་ལས་ཤིང་། གཞན་དུ་བསྐྱལ་ཆེན་གྲངས་མེད་མང་  
པོས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་གོ་འཕང་མཆོག་དེ་ཉིད་སླ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་བཀའ་  
བློན་ལས་སྟོགས་དུས་གྱི་ཆེ་མུང་སྐྱད་ཅིག་ཡུད་ཅུ་འདི་ཉིད་ལ་འཐོབ་པར་  
འགྱུར་བས་ན་མཆོད་ཡུལ་སླ་ན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བདེ་མཆོག་སྟོམ་འགྱུར་

ལས། མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤངས་ཏེ། །སྒྲུ་མ་མཆོད་པ་ཡང་དག་  
 བཅུ་མས། །དེ་མཉེས་པས་ནི་ཀུན་མཁྱེན་པའི། །ཡེ་ཤེས་མཆོག་ནི་འཛོལ་  
 པར་འགྱུར། །སྒྲུ་མེད་མཛད་པའི་སྒྲོལ་དཔོན་ནི། །དེ་རྩི་སེམས་དཔའ་རབ་  
 མཆོད་ན། །དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མ་བྱས་ཅི། །དཀའ་ཐུབ་མ་བསྟེན་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། །ཅེས་སྒྲུ་མ་ཚུལ་བཞིན་མཆོད་པས་བདེ་ཆེན་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་སྐུར་དུ་འཛོལ་པར་འགྱུར་བས་ན། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་གཞན་ལ་མཆོད་པ་བཞག་ནས་སྒྲུ་མ་མཆོད་པ་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་  
 པར་གསུངས། སྒྲོལ་འབྱུང་ལས་གསུངས་པ་འདི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་  
 རིམ་ལྡར་ཡང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་གསུངས། སྒྲུ་མ་དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་  
 འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྣམས་ལྟར་བལྟ་བ་ནི། རྒྱལ་ཆེན་ཐེག་ལེ་ལས།  
 གང་ཞིག་དབང་བསྐྱར་སྐྱེན་བྱེད་པ། །དེ་ནི་དོར་སེམས་ལྟ་བུར་བལྟ། །སྒྲུ་མ་  
 སྐྱུལ་རྒྱལ་ལྟ་བུར་བལྟ། །དཔལ་ནི་སྒྲུ་མ་མེ་འབྲར་བལྟ། །སྒྲུ་མ་སྟོན་པ་བས་  
 ལྟ། །ཡིད་བཞིན་རིན་ཆེན་མཉམ་པར་བལྟ། །རི་ལྟར་རབ་སྐྱོར་དང་  
 རྒྱལ་ས་ཀྱིས། །སྐྱུལ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་བོ་ལས། །ཆོད་མེད་པ་ཡི་རིན་ཆེན་  
 ཉིད། །དབྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས། རིམ་ལྡེ་རིམ་  
 པ་དང་པོ་ལས། རི་དབང་རྩེ་ལས་འགའ་ཞིག་ལྟར་གྱུར་ན། །ལྟར་བར་མི་བྱ་  
 སྐྱམ་ཡང་ལྟར་བར་འགྱུར། །སྒྲུ་མའི་བྱིན་གྱིས་པན་པའི་ལྟར་ཐོབ་ན། །གྲོལ་  
 བར་མི་འགྱུར་སྐྱམ་ཡང་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲུ་མ་དེ་རྩི་འཆང་གི་བཀའ་  
 བྱིན་ལས་སྐུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བར་དཔེ་དང་བཅས་གསུངས་པ་དང་།

རིམ་པ་གཉིས་པ་ལས། ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་མད་པོ་ཆེ། །དྲང་ཞིང་གསལ་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །སྒྲ་མ་ཉིད་གྱི་རིན་གྱིས་ནི། །དེ་ནས་དེ་ནི་གསལ་མཐོང་  
 འགྱུར། །ཞེས་སྒྲ་མའི་རིན་ལས་བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་སྒྱུར་དུ་འཆར་བར་  
 གསུངས་པ་དང་། རིམ་པ་གསུམ་པ་ལས། བདག་གིན་བརྒྱབ་པའི་རིམ་ཞེས་  
 པ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བསྟན་པ་སྟེ། །དེ་ནི་སྒྲ་མའི་རིན་དག་གིས། །འཕྲོ་བ་  
 བར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མིན། །བདག་ལ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་རིམ། །གང་  
 གིས་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བ། །མདོ་སྟེ་རྒྱུད་དང་རྟོག་པ་ལ། །དེ་ཡི་ངལ་བ་དོན་  
 མེད་འགྱུར། །བདག་ལ་གྱིན་བརྒྱབ་རིམ་ཐོབ་པའི། །གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་ཀུན་  
 བདག་ཉིད། །ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱས་ནི། །ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འཕྲོ་བ་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་ཞིག་དང་མཇུག་པའི་  
 བཀའ་རིན་ལས་ཆེ་འདིར་དོ་རྩེ་སྟེ་སྒྱུ་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར་གྱི། །དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་  
 ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟན་ཅིང་དེས་རྩེས་སུ་མ་བཟུང་ན། །མདོ་རྒྱུད་ལ་སྦྱངས་པ་  
 རི་ཅ་མ་བྱས་ཀྱང་མཆོག་ཐོབ་པ་མི་སྤིད་པར་གསུངས། །གསང་བ་བྱུང་བ་  
 ལས་ནི་ཆེ་འདིར་མཆོག་འགྱུར་པའི་རྒྱ་མཐར་ཐུག་བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྦྱེས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་སྒྲ་མ་ཁོ་ནའི་བཀའ་རིན་ལས་འབྱུང་བ་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 འབད་པ་དུ་མས་བསྐྱབ་པར་མཛད་དོ། །བྱུང་ཆེན་ས་ར་ཉས་ཀྱང་། སྒྲ་མའི་  
 ལུང་ལ་བསྐྱེམས་ཏེ་རབ་འབད་ན། །ལྟན་ཅིག་སྦྱེས་པ་འབྱུང་བར་ཐེ་ཆོམ་  
 མེད། །ཅེས་སོགས་བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྦྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མའི་བཀའ་རིན་  
 ཁོ་ན་ལ་སྟོས་ནས་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི། །གཞན་གང་ནས་ཀྱང་མི་རྟེན་པ་ཡང་

ནས་ཡང་དུ་གསུངས། བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེང་བ་ལས་ནི་ལམ་རིམ་པ་ལྟའི་  
གནད་རེ་རེ་ནས་སྒྲུབ་མཆོད་པའི་བཀའ་ངོན་ཁོ་ན་ལ་སྟོན་པར་གསུངས་ཏེ། བྱངས་  
རྣམས་དངས་ན་མངས་སུ་དོགས་པས་སྒྲོ་གྲོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུད་དེ་ཉིད་  
ལ་བལྟས་ནས་ངེས་པ་བསྐྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུབ་སྟེ་སྐྱེལ་པའི་སྐྱུར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱེད་  
ཅིང་ཕྱག་འཆའ་བ་ནི།

༥ རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། །

གང་འདུལ་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་ཐབས་མཁས་མཆོག །

དུར་སྐྱེག་འཛིན་པའི་གར་གྱི་རྣམ་རོལ་བ། །

སྐྱབས་མགོན་དམ་པའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྐྱེར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་སྐྱེལ་བ་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱུང་བ་མཛད་པ་ནི། རྒྱུད་སྒྲུབ་ལས། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འཛིག་  
ཏེན་མཁྱེན། །འཛིག་ཏེན་ཀུན་ལ་གཟིགས་ནས་ནི། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེལ་ས་མ་  
གཡོས་པར། །སྐྱེལ་པའི་རང་བཞིན་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས། །སྐྱེ་བ་མངོན་པར་སྐྱེ་  
བ་དང་། །དགའ་ལྡན་ནས་ནི་འཕོ་བ་དང་། །ལྷམས་སུ་འདུག་དང་བལྟམས་  
པ་དང་། །བཟོ་ཡི་གནས་ལ་མཁས་པ་དང་། །བཙུན་མོའི་འཁོར་དབྱེས་རོལ་  
པ་དང་། །ངེས་འབྱུང་དགའ་བ་སྐྱོད་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སྣང་པོར་གཤེགས་



པ་དང་། །བདུད་སྡེ་འཛོམས་དང་རྫོགས་པ་ནི། །བྲང་ཚུབ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོ་དང་། །མྱ་ངན་འདས་པར་གཤེགས་མཛད་རྣམས། །ཡོངས་སྤྱོད་མ་དག་  
ཞིང་རྣམས་སྤྱ། །སྲིད་པ་ཇི་སྲིད་གནས་པར་སྟོན། །ཅེས་དང་། བསྟོད་སྲིན་  
རྒྱ་མཚོ་ལས། བསོད་ནམས་ཆོགས་རབ་རབ་འབྱམས་རྒྱ་ལས་འབྱུངས་  
པའི་སྤྱོད་མཆོག་མཆོག་ཏུ་མཛེས་པ་བྲོད་ཀྱི་སྤྱ། །ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་  
གཏུགས་པ་མེད་པའི་ཞིང་མཆོག་ཀྱན་དུ་དུ་མའི་འགྲོ་ལ་མིག་འཕྱལ་  
བཞིན། །ལ་ལར་བལྟམ་ཞིང་ཞིང་གཞན་དུ་ཡང་བྲང་ཚུབ་ཚུལ་སྟོན་སྟོན་པ་  
བྲོད་ཀྱི་སྤྱ་ཡི་ནི། །བཀོད་པ་མཆོག་འདི་འདི་དང་གཞན་དུ་མ་ལུས་འགྲོ་ཀྱན་  
ཀྱན་མཁའ་གྱུར་གྱུར་བཛྲོད་མི་རུས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཞིང་འདིར་  
མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་དང་མཉམ་དུ་ཞིང་ཁམས་ལ་ལར་སྤྱོད་  
བལྟམས་དང་། ལ་ལར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་སོགས་དུས་གཅིག་ཏུ་  
མིག་འཕྱལ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཅིང་། གདུལ་བྱའི་ལས་དང་བསམ་པའི་དབང་  
གིས་སྤྱལ་པ་སྤྱོད་ཆོགས་སྟོན་པ་ནི།

ཡབ་སྲས་མཇུག་བའི་མདོ་ལས། བརྒྱ་བྱིན་ཆངས་པའི་ཆ་བྲད་  
དང་། །ལ་ལར་བདུད་ཀྱི་ཆ་བྲད་ཀྱིས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་  
དེ། །འཛིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་མི་རུས། །བྲད་མེད་ཆ་བྲད་སྟོད་པ་  
མཛད། །དུད་འགྲོའི་སྤྱོད་གནས་ན་ཡང་གདུལ། །འདོད་ཆགས་མི་མངའ་ཆགས་  
པའི་ཚུལ། །འཛིགས་པ་མི་མངའ་འཛིགས་པ་ལྟར། །ཚྲོངས་མེད་ཚྲོངས་པའི་  
ཚུལ་བསྟན་ཏེ། །སྟོས་པ་མ་ལགས་སྟོས་པའི་ཚུལ། །ཞ་བ་མ་ལགས་ཞ་བ་

ལྟར། །རྣམ་པར་འབྲུལ་བ་སྒྲ་ཆོག་གས་ཀྱིས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་འདུལ་བར་  
མཛད། །ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟར་སྒྲུལ་བ་མཐའ་ཡས་པར་མཛད་བ་རྣམས་ཀྱི་  
ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ནི་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྱུའི་མཛད་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་  
བདག་ཅག་གི་སྟོན་བ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་མཆོན་དཔེས་སྒྲས་པའི་  
སྒྱུ་ཅན་མིའི་རྟེན་ལ་དུར་སྒྲིག་འཛིན་བ་དག་སྒྲོང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་ཆོས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དེ་ཡིན་ལ། བདག་ཅག་ཐ་མལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོན་  
དཔེས་སྒྲས་པའི་སྒྱུ་དེ་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྒྲུལ་བ་མེད་ཀྱང་། དེ་དང་མཛད་  
བ་མཆུངས་པར་དུར་སྒྲིག་འཛིན་པའི་དག་སྒྲོང་གི་གཟུགས་སུ་བསྟན་ཏེ་  
གདམས་ངག་འདོམས་པར་མཛད་པས་ན་བཀའ་ངེན་མཆུངས་བ་མེད་པར་  
བསྟན་ཏེ་ཐུག་འཆེལ་བ་ཡིན་ལ། དེར་མ་ཟད་རྒྱལ་བ་རྣམས་སྒྲ་མའི་སྒྱུ་ལ་  
བཞུགས་ཏེ་ཐུག་འཆེལ་བ་དང་མཆོད་པའི་ཞིང་མཛད་བ་ཡིན་པ་ནི།

འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས། འདི་ཡི་དོན་ལྟན་འགའ་ཞིག་ལ། །ང་ནི་  
དེ་ཡི་ལུས་གནས་ཏེ། །སྒྲུབ་པོ་གཞན་ལ་མཆོད་བ་ལེན། །ཞེས་གསུངས་  
ཤིང་། སྟོམ་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་མང་པོར་ཡང་དེ་བཞིན་གསུངས།  
རྒྱལ་བ་གཅིག་ཉིད་སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་བྱོན་བ་ཙམ་མིན་པར་ཕྱོགས་བཅུའི་  
ཞིང་རབ་འབྱམས་ན་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱུས་ནས་སྒྲ་མའི་གཟུགས་སུ་བསྟན་པར་ཡང་གསུངས་ཏེ། དཔལ་གསང་  
བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བཅུ་བདུན་པ་ལས། དེ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་མི་བསྐྱོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགོན་མཆོག་དཔལ་དང་། དེ་

བཞིན་གཤེགས་པ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གདོན་  
 མི་བར་གྲུབ་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་རྣམས་དོ་  
 རྗེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དམ་ཆོག་ལ་དམིགས་པ་དོ་རྗེ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱེད་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་ཉོན་ཅིག །གང་ཡང་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་  
 འདས་དུས་གསུམ་ཀྱི་དོ་རྗེའི་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བ་དེ་རྣམས་ཀྱང་གསང་བ་  
 འདུས་པའི་སྟོབ་དཔོན་དང་ཕྱད་ན་མཆོད་པ་བྱེད་ཅིང་ཕྱག་འཆལ་སོ། །དེ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན། བཙུག་ལྷན་འདས་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་ཡིན།  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་ཏེ། བཙུག་ལྷན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་རྣམས་ཅི་ལ་གནས།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། སྐུ་གསུམ་གསང་  
 བའི་སྐུ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་ནི་དོ་རྗེ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་ཀྱི་ལུས་དང་ངག་དང་  
 སེམས་དོ་རྗེ་ལ་གནས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་སྒྲུབ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་  
ཅིང་ཕྱག་འཆའ་བ་ནི།

༥ ཉེས་ཀྱན་བག་ཆགས་བཅས་པ་དྲུངས་ཕྱང་ཞིང་། །

དཔག་མེད་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་ཆོག་གས་ཀྱི་གཏེར། །

ཕན་བདེ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་གཅིག་ལ། །

རྗེ་བཙུན་སྒྲུབ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
སྐྱེ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ནི་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ཉེས་པ་བག་ཆགས་  
དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་དབྱེངས་མཐར་ཐུག་དེ་ཡིན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ནི་  
བདེན་གཉིས་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཟིགས་པ་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་  
ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏེར་དུ་གྱུར་པ་དང་ཕན་བདེ་མ་ལུས་པའི་འབྱུང་  
གནས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་རྗེས་སྟོན་ཅིག་  
འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་ལོ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་ཀྱི་གཏེར་ཡིན་པ་ནི་ཤེས་སྟོན་གྱི་མདོ་ལས་  
རྒྱ་ཆེར་བསྟགས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲུབ་སྐྱེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟ་བ་ནི་

འབྲས་བུའི་སྐབས་སུ་ཤ་རུས་རྫོས་བཅས་བླ་ན་ཡེ་ཤེས་རང་སྒྲུང་ལས་  
 གྲུབ་པའི་སྐྱེ་དང་ཐུགས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པར་གསུངས་ལ། ཚུལ་འདི་ནི་  
 འིན་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བ་གསང་བའི་གནས་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་  
 གནད་མཐའ་དག་པར་རྟོགས་པ་ལ་རིམ་བུ་ལྟ་བུར་འཇུག་གི་གནད་  
 རྣམས་རྟོགས་དགོས་ཤིང་། དེ་རྟོགས་པ་ལ་རིམ་བུ་གསུམ་པའི་སྐྱེ་ལུས་དང་།  
 བཞི་པའི་འོད་གསལ་གྱི་གནད་རྣམས་རྟོགས་དགོས་ཏེ། དེ་དག་ནི་འིན་ཏུ་  
 རྟོགས་པར་དཀའ་བ་གསང་བའི་གནས་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་སོ། ། ཆོས་  
 གྱི་སྐྱེའི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟ་བ་ནི་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་  
 ཏེ། རྫོ་རྩེ་གཙོང་པ་ལས། གང་དག་ང་ལ་གཟུགས་སུ་མཐོང་། གང་དག་  
 ང་ལ་སྒྲུང་ཤེས་པ། ཁོག་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་སྟེ། སྐྱེ་བོ་དེ་དག་ང་མི་  
 མཐོང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་བལྟ། འདྲེན་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་གྱི་  
 སྐྱེ། ཆོས་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་མིན་པས། དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་མི་རུས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཞི་པ་མཆོག་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 བལྟས་ཏེ་དེའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་ཅིང་ཐུག་འཆལ་བ་ནི།

༥ ལྟར་བཅས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དངོས། །  
 བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དམ་ཆོས་འབྱུང་བའི་གནས། །



འཕགས་ཆོགས་ཀྱན་གྱི་དབྱས་ན་ལྷང་དེ་བ། །

དྲིན་ཅན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མཆོག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟ་བ་ནི། བཤད་  
རྒྱུ་དོན་རྗེ་ཕྱིང་བ་ལས། སངས་རྒྱས་དམ་ཆོས་དག་འདུན་དང་། །སྒྲ་མ་  
སྟོན་པ་སྟོབ་དཔོན་དང་། །དོན་རྗེ་འཆང་དང་སྟོབ་མ་ཡི། །མཆོན་ཉིད་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱས་པ་ནི། །དྲི་མེད་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་འགྱུར། །ཆོས་ནི་ངག་ཏུ་  
ཡང་དག་གསུངས། །སྐྱེ་ནི་དག་འདུན་ཞེས་བྲ་སྟེ། །བྲང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་  
ཆོགས་གྱི་གནས། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས། བདེ་མཆོག་གི་བཤད་རྒྱུ་  
སྟོམ་འབྱུང་ལས་ཀྱང་། །སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་སྒྲ་མ་ཆོས། །སྒྲ་མ་དག་འདུན་དེ་  
བཞིན་ཏེ། །སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་མཉམ་སྦྱར་བའི། །མཁའ་འགྲོ་མ་ཡི་བྲ་  
བ་སྟོམ། །དེ་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་གོ་འཕང་ནི། །འདོད་པས་སྒྲ་མ་མཉེས་པར་  
བྲ། །ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྐྱེ། །དོན་  
རྗེ་འཇིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་སྟེ། །སྒྲ་མ་རྣམས་  
ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་དང་། །སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་སྒྲ་མ་ཆོས། །དེ་བཞིན་  
སྒྲ་མ་དག་འདུན་ཏེ། །ཀྱན་གྱི་བྱེད་པོ་སྒྲ་མ་སྟེ། །སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་  
ལོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཏེ། །ཆོག་འདི་དག་ནི་འགྱུར་གྱི་བྲང་ཅུང་ཟད་མ་  
གཏོགས་རྒྱུ་ཉིད་ལས་འབྱུང་ངོ་། །

ལྷ་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་སྤྱལ་པར་  
བལྟས་ཏེ། ཕྱག་འོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཚུལ་ནི།

༥ དུས་གསུམ་ཕྱོགས་བཅུར་བཞུགས་པའི་སྒྲ་མ་དང་། །  
རིན་ཆེན་མཆོག་གསུམ་ཕྱག་འོས་ཐམས་ཅད་ལ། །  
དད་ཅིང་མོས་པས་བསྟོད་དབྱངས་རྒྱ་མཆོར་བཅས། །  
ཞིང་རྒྱལ་མཉམ་པའི་ལུས་སྤྱལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲ་  
མ་དོ་རྗེ་འཆང་དང་། སྒྲ་མ་དོ་རྗེ་འཇིགས་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཡི་དམ་རྣམས་  
དང་། སྒྲ་མ་འོད་དཔག་མེད་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་རྣམས་ལ་སྒྲ་མའི་སྤྱལ་པར་བལྟས་ཏེ་དེའི་སྟོན་ས་བསྟོད་ཅིང་ཕྱག་  
འཆལ་བའི་ཆོགས་བཅད་ཀྱང་མཛད་ལ། དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི། འབ་  
བདག་དཔལ་ལྡན་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ། །སྟོགས་དུས་མགོན་མེད་འགྲོ་བའི་  
དོན་དུ། །གང་འདུལ་ངེ་བཞིན་དུར་སྟོག་གར་གྱིས། །རྣམ་རྟལ་བཀའ་བློན་  
གསུམ་ལྡན་སྒྲ་མ། །ཞེས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་ལུས་སྒྲ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་  
གི་ངོ་བོར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གསུང་  
ལས་ཀྱང་མང་དུ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་ལྟོ་ཆོགས་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་

བའི་ཆེ་འི་ལྷ་རྒྱ་བའི་སྒྲོ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་འཆའ་བ་སྟེ། དེ་ལ་  
 ལུས་ཀྱི་ཕྱག་ནི་རང་གི་ལུས་ཞིང་གི་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་  
 སྒྲུལ་ནས་ལུས་ཐམས་ཅད་ས་ལ་པབ་སྟེ་ཞབས་མཐིལ་ལ་མགོས་གཏུགས་  
 ཏེ་ཕྱག་འཆའ་བའོ། །རྒྱ་གཞི་ཕྱག་ནི་ལུས་རེ་རེས་ཀྱང་སྒྲུབ་ལྟོགས་ཀྱི་  
 སྒྲུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་བཟོད་ཅིང་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོས་  
 གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོག་བཟོད་པའོ། །ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་ནི་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་དད་  
 གྲུས་བྱེད་ཅིང་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒྲོ་སྒྲོས་འཆའ་བའོ། །ལམ་མ་ནོར་  
 བར་སྟོན་པའི་དོ་རྩེ་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་བསྟོན་  
 བཀྱར་མཛད་ན། རང་གི་སྒྲོབ་མས་ཕྱག་འཆའ་བ་དང་མཆོད་པ་འབྲུལ་  
 བ་སོགས་བསྟོན་བཀྱར་བྱེད་དགོས་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། དེ་ཡང་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་  
 པ་ལས། དབང་བསྐྱར་མཆོག་ཐོབ་དོ་རྩེ་ཡི། །སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ནི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས། །སྟོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་བཞུགས་པས། །དུས་གསུམ་  
 དུ་ནི་མཛོན་ཕྱག་འཆའ་། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ཡང་དཔལ་གསང་  
 བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བཅུ་བདུན་པ་ལས། མཛོན་བསྟོན་ན། སྟོགས་  
 བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཛི་  
 སྟེད་འཁོད་ཅིང་འཆོ་ལ་སྒྲོང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་དུ་བྱོན་ནས།  
 སྒྲོབ་དཔོན་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོད་པས་ཡང་དག་  
 པར་མཆོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་ཡང་འགྲོ་ཞིང་རྒྱ་དོ་རྩེ་ཡི་གེ་  
 ཡང་འདི་སྐད་དུ་འབྱེན་ཏོ། །བདག་ཅག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

པའོ། །བདག་ཅག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནས་  
 བདག་ཅག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་  
 དུའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དོན་དམ་སྟེ་མ་ལས་ཀྱང་། ཡོན་ཏན་ལྡན་པའི་སྤྲུལ་  
 རྣམས་ལ་ནི་འཁོར་བ་འཛོམས། །རང་ལུས་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་གནས་  
 བྱི་ཀུན་ཏུ་སྟོན། །དེ་ནི་སྒྲ་མ་དཔལ་ཏེ་སྒྲ་མ་དཔལ་གཞན་མིན། །དཔག་མེད་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་དེ་ལ་མཆོད། །སྟོགས་བཞུགས་སངས་རྒྱས་  
 སེམས་དཔས་རྟག་ཏུ་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། བདག་ཉིད་ཆེན་  
 པོ་སྐུ་སྤྱུབ་ཀྱིས་མདོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པར་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱང་པོའི་མདོ་བྲངས་  
 པ་ལས་ཀྱང་། ཀུན་དགའ་བོ་གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤིང་རྟེན་ནང་དུ་  
 ཞུགས་ཏེ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡན་ཅེ་དགའ་ཞིང་དགའ་མགྱུར་སྦྱོད་ལ་དེའི་  
 ཤིང་རྟ་འཛེན་པ་གཞན་མེད་ན། ཀུན་དགའ་བོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་  
 ཤིང་རྟ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དབྱུ་ལ་ཡངས་བསྐྱར་རོ། །ཞེས་གསུངས།  
 དེ་བཞིན་དུ་མདོ་སྟེ་དང་རྒྱད་སྟེ་མང་པོར་ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་སྟོབ་  
 དཔོན་ལ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་དང་མཆོད་པའི་  
 ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་མཐོན་པོ་ཞིག་ཏུ་སྟེབ་  
 པ་ན་སྐུ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་ལ་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་བྱ་མི་དགོས་པའི་སྐབས་  
 ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། དེའི་ཆེ་ཡང་སྒྲ་མ་ལ་ནི་ངེས་པར་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་  
 བྱ་དགོས་པར་སྦྱོད་བསྐྱུས་དང་། གསང་བ་བྱུབ་པ་དང་། མན་ངག་སྟེ་མ་ལ་  
 སོགས་པ་བྱུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོ་ ལས་གསུངས་པས་སྟོན་གྲོས་དང་ལྡན་

པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་ལེགས་པར་དབྱད་ནས། རྗེ་རྗེ་འཆང་སློ་བཟང་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲུ་མ་ལྷག་པར་བལྟས་ཏེ་  
ཕྱག་མཆོད་བྱེད་ཚུལ་གསུངས་པ་འདི་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་གཏིང་  
ཚུགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུ་མ་ལྷ་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་ཚུལ་ལ་ལྟ།

༥ བྱི་བུམ་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ། རང་གསང་དབང་དང་  
འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ། གསང་བ་ཤེར་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ། དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ཆོག་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ། སྟོན་དང་བདག་ཉིད་བླ་ཏུ་  
ཕུལ་ཏེ་སྒྲུ་མ་པ་གཟུང་བའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་བྱི་བུམ་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་ལ་ལྟ།

ཆུ་བཞི་འབུལ་བ། ཉེར་སྟོན་འབུལ་བ། འདོད་ཡོན་འབུལ་བ། མཇུག་  
འབུལ་བ། སྐབ་པའི་མཆོད་པ་འབུལ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ཆུ་བཞི་འབུལ་བ་ནི།

སྒྲུ་མ་ལྷ་ཆོགས་མཆོད་པའི་ཆེ་བསམ་པའི་བྱེད་པར་རི་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་



པ་དགོས་པ་ནི། གཞུང་ཉིད་ལས། མཆོད་པའི་འཁོར་གསུམ་པོ་རྣམ་པར་མི་  
 ཉོག་པ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་རྒྱས་བཏབ་ནས་འབྲུལ་བ་ནི།  
 ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་མཆོད་པ་རྣམས་བཤམས་མ་ཐག་ཏུ་བསང་སྦྱང་གིན་  
 རྒྱབས་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་མཆོད་པ་བཤམས་  
 རྣམ་ལུས་ན་བགོགས་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་པའི་མདངས་འཕྲོག་ཅིང་། སྦྱབ་  
 པ་པོ་རང་ཉིད་ལའང་གཞོད་པ་བྱེད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་མཆོད་ཡོན་  
 ལ་ཆུ་ལྟར་གཡོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལོག་འདྲེན་དང་། མེ་ཉོག་ལ་ཁོང་དུ་འཇུག་  
 པ་འདྲིག་ཏེན་མེ་ཉོག་ཅེས་བྱ་བའི་ལོག་འདྲེན་དང་། བདུག་སྒྲིས་ལ་ནག་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། མར་མེ་ལ་གཙུག་ཕུད་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རི་ཆབ་  
 ལ་ཟས་སུ་རི་བ་བ་དང་། ཞལ་ཟས་ལ་ཟས་སུ་གཏོར་མ་བ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ལོག་འདྲེན་རྣམས་འཇུག་ཅིང་། གཞན་ཡང་བགོགས་ཀྱི་བྱེད་པར་མཐའ་  
 དག་ཞུགས་ནས་མཆོད་པ་དེ་དག་གི་རི་རོ་རྒྱས་པ་རྣམས་འཕྲོག་ཅིང་། སྦྱབ་  
 པ་པོ་རང་ལའང་སེམས་གཡེང་བ་ལ་སོགས་པའི་བར་ཆད་སྒྲ་ཆོགས་བྱེད་  
 པར་དཔུང་བཟང་གིས་ཞུས་པའི་རྒྱུད་དང་། རྒྱུད་རིག་པ་མཆོག་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱུད་སྡེ་དུ་མ་དང་། བྱབ་ཆེན་ཀྱི་གཞུང་དུ་མ་ལས་གསུངས་ཏེ། བྱངས་  
 རྣམས་བྱངས་ན་མངས་སུ་དོགས་པས་རྒྱུད་འགྲེལ་བ་དང་བཅས་པ་ལས་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཆོད་པ་རྣམས་འབྲུལ་བའི་ཆེ། སྤར་  
 མཆོད་པ་གྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆེ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར། མཆོད་ཡུལ། མཆོད་མཁན།

མཆོད་རྫས་རྣམས་སྤང་ཞིང་སྟོང་པ།      སྟོང་བཞིན་སྤང་བའི་སྤང་སྟོང་སྤྱུ་མ་  
 ལྟ་བུར་བསྟོན་ཞིང་།      ལྟག་པར་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་རྣམ་རེལ་ཤ་སྟག་ཏུ་  
 བསྟུས་ནས་མཆོད་པ་རྣམས་འབྲུལ་དགོས་ལ།      དེ་ཡང་སྦྱིར་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབས་ཤིང་འདྲིས་པར་བྱ།      དེ་ནི་  
 ཤེས་རབ་སྟོང་པའི་མདོ་ལས།      གཟུགས་སྟོང་པའོ།      །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་  
 སོ།      །གཟུགས་ལས་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན།      སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་  
 གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ།      །ཞེས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་།      སྟོང་པ་ཉིད་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོགས་པ་དེ་དག་ཏུ་ཤར་བར་  
 གསུངས་པ་དང་།      དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས།      དངོས་པོ་སྟོང་པ་གཟུགས་  
 བརྟན་ལ་སོགས་པ།      །ཆོགས་ལ་སྟོས་རྣམས་མ་གྲགས་པ་ཡང་མིན།      །རི་  
 ལྟར་དེར་ནི་གཟུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་ལས།      །ཤེས་པ་དེ་ཡི་རྣམ་པ་སྦྱེ་  
 འགྱུར་ལྟར།      །དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་།      །སྟོང་ཉིད་དག་  
 ལས་རབ་ཏུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར།      །ཞེས་སོགས་དབྱུ་མའི་གཞུང་ལས་རྒྱ་ཆེར་  
 གསུངས་པ་དང་།      དོན་དེ་དག་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་  
 གྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས།      སྤང་བ་བདེན་པར་མེད་པ་འདིས།      །སྤང་བ་བདེན་  
 གྲུབ་མཐའ་དེ་དང་།      །སྤང་བ་གཏན་མེད་མཐའ་གཉིས་སེལ།      །གཏན་མེད་  
 མཐའ་དེ་སེལ་བྱས་ཏེ།      །སྤང་བ་བདེན་པར་མེད་པ་ཡི།      །སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་  
 སྤང་བ་དེ།      །ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན་མེད་མཐའ་སེལ།      །རྒྱ་མཆོན་འདི་དག་སྤྱིར་ན་  
 བོ།      །སྤང་ལས་སྟོང་པ་སྦྱེས་པ་འདྲ།      །སྟོང་ལས་སྤང་བ་སྦྱེས་པ་འདྲ།      །ཞེས་

དང་། དེ་བཞིན་སྒྲུང་བ་སྟོང་ཕྱིགས་བཏུས། །སྒྲུང་བ་བདེན་པར་མེད་པ་  
 དེ། །སྒྲུང་བ་ལས་ནི་སྐྱེས་པ་འདྲ། །སྒྲུང་བའི་ཕྱིགས་ནས་བཏུས་ན་ནི། །སྒྲུང་  
 བ་སྐྱེ་འགག་བྱེད་པ་དེ། །སྒྲུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས། །སྒྲུང་བར་སྐྱེས་པ་  
 ཁོ་ན་འདྲ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། །དོན་དམ་བདེན་པ་  
 ཐབས་གྱུར་གྱུར་པ་སྟེ། །ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པ། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་  
 མི་རུས། །སྒྲུང་བའི་རང་ནས་སྟོང་པ་རྟེན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། མཆོད་  
 དུལ་དང་མཆོད་རྫས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཐོག་མར་སྟོང་  
 པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྟུན། དེར་ཤར་བ་ན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་དབྱེར་  
 མི་བྱེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྟུན་སྟེ། བདེ་ཆེན་  
 ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་རྣམ་པ་མཆོད་རྫས་སོགས་དེ་དང་དེར་སྒྲུང་  
 བ་ཡིན་པར་མོས་པ་བརྟན་པོ་བྱའོ། །འདི་ནི་སྤྲ་མེད་ཀྱི་སྟོང་པོའི་ཡང་སྟོང་  
 པོ་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་བྱགས་དམ་ཀྱི་མཐེལ། ལྟར་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་ལྟར་  
 ལམ་མཆོག་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། བདག་ལྟ་བུའི་སྤྲ་རྣམས་རྣམས་ལ་  
 རྒྱུད་ལ་འཆང་བ་ལྟ་ཞོག །གོ་ཡུལ་རྟེན་པའང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཡང་། རྗེ་རྒྱལ་  
 བ་གཉིས་པའི་སྟན་རྒྱུད་དང་ལན་ཅིག་མཇུག་པའི་སྐབས་འདིར་སྟོས་མི་  
 དོར་བར་ཆིག་རྗེས་འབྲང་བའི་གོ་བ་དང་། མོས་སྟོ་ཅམ་ཀྱི་སྟོ་ནས་ཀྱང་བག་  
 ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱ་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ཆུ་བཞི་འབུལ་བ་ནི།

གཞུང་ལས།

སྐབས་མགོན་རྗེ་བཙུན་སྤྲ་མ་འཁོར་བཅས་ལ། །

སྒྲུབ་ཆོག་ས་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འབྲུལ་བ་ནི། །

བཀོད་ལེགས་རིན་ཆེན་འོད་འབར་སྒྲོད་ཡངས་ལས། །

དག་བྱེད་བདུད་ཅི་འེ་ཆུ་བཞི་དལ་གྱིས་འབབ། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱ་ཚུལ་ནི། རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་  
མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་མཆོད་ཡོན་ཐོགས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྒྲོས་ཏེ་ཆོགས་  
ཞིང་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་འབྲུལ། དེ་ལྟར་སྤུལ་བས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་  
ཀྱི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་འཁྱུངས་པའི་མོས་པ་བྱ་ཞིང་། མཆོད་ལྷ་རྣམས་  
རང་གི་སྒྲིང་གར་བསྐྱུ། དེ་བཞིན་དུ་ཞབས་བསིལ། ཞལ་བསིལ། བསང་  
གཏོར་རྣམས་ལའང་རིམ་པ་བཞིན་མཆོད་ལྷ་སྒྲོས་ནས་འབྲུལ་ཞིང་། མཆོད་  
པ་ཆར་བ་དང་མཆོད་ལྷ་སྒྲིང་གར་བསྐྱུ། དེ་ཡང་ཞབས་བསིལ་ནི་ཞབས་  
འཁྱུ་བ་དང་། ཞལ་བསིལ་ནི་ཞལ་འཁྱུ་བ་དང་། བསང་གཏོར་ནི་སྐྱུ་ལ་འཐོར་  
པའོ། །ཆུ་བཞི་འབྲུལ་བའི་ཚུལ་འདི་དག་ནི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་གསང་  
བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་དགྱིལ་མཆོག་རྣམས་སུ། དག་ཅིང་ངི་མེད་ཡིད་  
འོང་བའི། །སྤྲུགས་ཀྱི་མཆོད་ཡོན་མཆོག་འདི་དག་ །བདག་གིས་དད་པས་  
འབྲུལ་ལགས་གྱིས། །བཞེས་ནས་བདག་ལ་བཀའ་ངེན་སྒྲོལ། །ཅེས་སོགས་  
ཀྱི་ཆུ་བཞི་འབྲུལ་ཚུལ་མཛད་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུས་ནས་བཀོད་པར་སྒྲུང་  
ངོ། །དེ་ཡང་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤང་བ་ལས། དེ་ནས་རང་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་  
གྱིས། །མཆོད་ཡོན་སྒྲུང་དུ་མཆོད་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། མཆོད་ཡོན་མེ་  
ཏོག་སོགས་གྱིས་མཆོད། །ཅེས་གསུངས། མཆོད་ཡོན་གྱི་རྗེས་ནི། དགྱིལ་

ཆོག་རྗེ་རྩེ་ཐོང་བ་ལས། ཞི་བ་ལ་ནས་དང་། འོ་མ་དང་། མེ་ཉོག་དཀར་པོ་  
 དང་། ཀྱུ་ཤ་དང་། ཉི་ལ་དང་། འབྲས་ཡོས་དང་། བདུད་རྩི་དང་བཅས་པའི་  
 རི་དཀར་པོའི་ཚུ་རྣམས་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་ལ་ནི་མཆོད་ཡོན་  
 གྱི་རྩལ་བདུན་དུ་གྲགས་སོ། །རྒྱས་པ་དང་། དབང་དང་། མདོན་སྦྱོང་རྣམས་  
 ལ་མི་འབྲ་བའི་བྱད་པར་དང་། ཚུ་བཞི་བསྐྱབ་པའི་ཚུ་ལ་དང་། འབྲུལ་བའི་ཆེ་  
 རྒྱགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུ་ལ་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་བཀོད་ན་མངས་སུ་  
 དོགས་པས་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདིར་གལ་ཆེ་བའི་དོན་ཅུང་ཟད་  
 བཤད་ན། དག་བྱེད་ཅེས་པ་ལ་ཐུན་མོང་བ་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་  
 ལས། ཐུན་མོང་བ་ནི་ཕྱིར་ཚུ་ལ་དག་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་། ལྷག་པར་ཡན་  
 ལག་བརྒྱད་ལྟར་གྱི་ལྟའི་ཚུ་གསྐྱའི་ཚུར་མོས་པ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་བརྒྱད་  
 ནི། བསིལ་དང་ཞིམ་དང་ཡང་དང་འཇམ། །དང་བ་དང་ནི་རི་མི་ང་། །འབྲུང་  
 ར་ལྟོ་ལ་མི་གཞོད་དང་། །མགྱིན་པ་ལ་ཡང་མི་གཞོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། བསིལ་བ། ཞིམ་པ། འཇམ་པ། ཡང་བ། དང་བ། རི་ང་བ་མེད་པ།  
 མགྱིན་པར་མི་གཞོད་པ། འབྲུང་ར་ལྟོ་བ་ལ་པན་པའོ། །ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི་  
 ཐ་མལ་གྱི་སྒྲིང་ཞེན་གྱིས་དག་པ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་  
 ལ། སྒྲ་མེད་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དག་ཚུ་ལ་ནི། བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་གྱིས་དག་པ་སྟེ། རྒྱགས་གྱི་མཆོད་ཡོན་ཞེས་པའི་  
 རྒྱགས་ཀྱང་དོན་དམ་པའི་རྒྱགས་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་བྱེད་  
 གསུང་ངོ། །དེ་ལྟར་ན་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་མཆོད་ཡོན་



གྲི་གཟུགས་སུ་ཤར་བ་སྒྲུབ་ལྟ་ཆོགས་ལ་ཕུལ་བའི་ཆོ། ཐུགས་རྒྱུད་ལ་བདེ་  
བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་ཀྱས་པ་དང་། དོན་དམ་པར་སྒྲུབ་ལྟ་ཆོགས་ལ་  
དག་བྱ་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། བདག་ཅག་ལས་སྒྲིབ་ཅན་ རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་ངོར་  
སྟོན་དང་ནག་ཤོག་ལ་སོགས་པའི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅིའི་ཆུ་དེ་རེག་པ་  
ཅམ་གྱིས་དག་པར་བསམ་པའོ། །ཆུ་གཞན་གསུམ་ལའང་དེ་བཞིན་ནོ། །

## གཉིས་པ་ཉིར་སྦྱོད་འབྲུལ་བ་ནི།

༥ སྒྲོང་པོ་སེལ་མ་སྒྲོང་བ་སྒྲེལ་ལེགས་པ། །  
མངོས་པའི་མེ་ཉོགས་ས་དང་བར་སྒྲུང་གང་། །  
དྲི་ཞེས་སྒྲོས་ཀྱི་དུད་པ་བེ་རྒྱུ་ལྟེ། །  
དབྱར་སྒྲེས་སྒྲོན་པོའི་སྒྲོན་གྱིས་སྟེ་ལམ་འབྲིགས། །  
ཉི་ཟླ་ནོར་བུ་རབ་འབར་སྒྲོན་མེའི་ཆོགས། །  
སྒྲོང་གསུམ་ཐུན་སེལ་འོད་ཟེར་ཅེ་དགའ་གློད། །  
ག་བྱར་ཅན་དན་གྱར་ཀྱམ་དྲིས་བསྒྲོས་པའི། །  
སྒྲོས་ཆུའི་མཆོ་ཆེན་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ནས་འབྲིལ། །  
རོ་བརྒྱའི་བརྒྱུད་ལྟན་བཟའ་བཅའི་བརྒྱུད་བ་དང་། །

ལྷ་དང་མི་ཡི་ཞལ་བས་སྤྱན་པོར་སྤྲངས། །

སྣ་ཚོགས་རོལ་མོའི་བྲེ་བྲག་མཐའ་ཡས་ལས། །

བྱང་བའི་གདངས་སྤྱན་འགྲུར་བས་ས་གསུམ་འགོངས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ནི། རང་གི་སྤྱིང་ག་  
ནས་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་མེ་ཏོག་ཐོགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་སྤྲོས་ཏེ་སྤྲོ་  
མ་སྣ་ཚོགས་རྣམས་ལ་སྤུལ་བས། ཡོངས་སྤྱིའི་ཆ་བྱད་ཅན་རྣམས་ལ་དབྱུ་ལ་  
མེ་ཏོག་གི་སྤྱིང་བ་དང་། ཚོགས་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་གི་བར་སྤྲང་ལ་མེ་  
ཏོག་གི་ཚོགས་རྣམས་སྤྲོ་བྲེ་ལྷ་བྱ་དང་། སྤྱིང་བ་སྤྲོལ་བའི་དོ་ཤལ་དང་། སེལ་  
མ་སྣ་ཚོགས་གཅུལ་དུ་བཀྲམ་བ། སྤྲོགས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱལ་བ་དང་། མེ་  
ཏོག་དེ་དག་འོད་འསྐོལ་ཞིང་ངི་ཞེས་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་སྤྲོ་བྲེ་དང་། སྤྱིང་བ་བར་  
སྤྲང་ལ་འཕྱང་བ་རྣམས་སྤྲང་གིས་བསྐྱོད་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོ་དབྱངས་སྤྲོག་  
ཅིང་། ངི་བཟང་པོའི་ངད་ཀྱིས་སྤྲོགས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱལ་བར་བྱེད་པ་སོགས་  
མདོ་སྤེལ་པའི་ཆེ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བསམ་ཞིང་། མཆོད་པ་ཆར་ནས་  
མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་སྤྱིང་གར་བསྐྱུ། དེ་བཞིན་དུ་བདུག་སྤྲོས་འབྱུལ་བའི་  
ཆེ་རང་གི་སྤྱིང་ག་ནས་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤྲོས་ཏེ། བདུག་  
སྤྲོས་ཀྱི་སྤྲོད་གསེར་དང་། དབྱུལ་དང་། ཨིན་ཅི་ལ་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆའི་  
སྤྲོད་ཆེན་པོ་རྣམས་སྤྱུ་ཨ་ཀ་རུ་ དང་། དུ་རུ་ཀ་ལ་སོགས་པ་སྤྲོས་སྤྲོ་གཅིག་  
པ་དང་སྤྲུར་མ་སྣ་ཚོགས་སྤྲུར་བའི་སྤྲོས་ཀྱི་དུད་པ་དབྱར་དུས་ཀྱི་ཚུ་འཛིན་  
བཞིན་དུ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱན་ཡོངས་སྤྱུ་གང་བ་སྤྲོ་མ་སྣ་ཚོགས་རྣམས་

ལ་ཕུལ་བས། རྩི་བཟང་པོ་དེ་དག་ཤངས་ལ་རེག་པ་ཅམ་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་  
 ལ་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱེད་དེ་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱས་  
 རས་མཆོད་ལྷ་རྣམས་སྙིང་གར་བསྟུ། སྤང་གསལ་འབྲུལ་བའི་ཆེ་རང་གི་སྙིང་  
 ག་ནས་མཆོད་ལྷ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོས། མར་མའི་སྟོད་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་མར་མེ་འོད་འཕྲོ་བ་གངས་མེད་པ་དང་།  
 ཉི་མ་དང་། ལྷ་བ་དང་། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 བསམ་ལས་འདས་པ་རྣམ་མཁའི་དབྱིངས་ཐམས་ཅད་གང་བ། འོད་གྱིས་  
 འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་གྱི་ཕུན་པ་སེལ་བ། ས་འོག་དང་སྤིང་བར་གྱི་ཕུན་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་བསལ་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་འོད་གྱིས་སྤང་རེར་བྱེད་པ།  
 རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དེ་དག་དང་། སྟོན་མེ་དེ་དག་གི་འོད་ཟེར་པན་ཚུན་དུ་  
 འབྱུང་བ། བཙུང་དག་འབྱེད་པ་ལྷ་བུ་དང་། འོད་ཟེར་གྱི་བྲ་བ་འབྲིགས་པ་ལས་  
 འཁོར་ལོ་ དང་། གཡུང་བྱུང་དང་། དཔལ་བེའུ་ལ་སོགས་པ་བཀྲ་ཤིས་པའི་  
 རི་མོ་སྤྲོ་ཆོགས་དང་། གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་སུ་  
 སྤང་བ་དེ་དག་སྟུན་གྱིས་གཟིགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་གྱི་  
 བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་བསམས་ནས་མཆོད་ལྷ་རྣམས་སྙིང་གར་  
 བསྟུ། རྩི་ཆབ་འབྲུལ་བའི་ཆེ་རང་གི་སྙིང་ག་ནས་མཆོད་ལྷ་དཔག་མེད་སྟོས་  
 ཏེ། རིན་པོ་ཆེ་འཕྲོད་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་སུ། ག་བྱུར་དང་། ཅན་དན་  
 དང་། གུར་གུམ་དང་། རྩི་ཉི་ལ་སོགས་པ་རྩི་བཟང་སྦྱར་བའི་ སྟོས་ཚུ་རྒྱ་  
 མཆོ་ཆེན་པོ་ལྷར་འབྲིལ་བ་ལྷ་མ་སྤྲོ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ལ་སོགས་

བར་དྲི་ཆབ་ཕུལ་བས་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དྲི་བཟང་པོའི་ངད་ཀྱིས་  
 འགོངས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་མ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་  
 ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་ཆེན་སྦྱེས་བས་མཆོད་བས་མཉེས་པར་བསམས་ནས་  
 མཆོད་ལྷ་རྣམས་སྙིང་གར་བསྟུ། ཞལ་བས་འབྲུལ་བའི་ཆེ་རང་གི་སྙིང་ག་  
 རྣམ་མཆོད་ལྷ་དཔག་མེད་སྟོས། དེའི་པོ་ཆེའི་སྟོང་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པར་ལྷ་ཡུལ་གྱི་བདུད་ཅི་རྣམས་དང་། མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་  
 བཟའ་བཅའི་བྱུང་པར་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཐམས་ཅད་བསྟུས་ཏེ་ལྷན་པོ་སྟར་དུ་  
 སྦྱངས་པ་སྒྲ་མ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ལ་ཕུལ་བས། ལྷགས་འོད་ཟེར་གྱི་སྒྲ་གུས་  
 ཞལ་བས་དེའི་བཙུང་རྣམས་བཞེས་པས་ཐུགས་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་བྱུང་  
 བར་ཅན་བསྐྱེད་དེ་མཆོད་བས་མཉེས་པར་བསམས་ལ་མཆོད་ལྷ་རྣམས་  
 སྙིང་གར་བསྟུ། འདིར་བཟའ་བ་ནི་ཕྱེ་དང་། འབྲས་ཆེན་དང་། འལ་སོགས་  
 བ་ཡིན་ལ། བཅའ་བ་ནི་ཁམ་བྱ་དང་། སྟར་ཁ་དང་། རྒྱན་འབྲུལ་སོགས་བ་  
 རྣམས་སོ། །ཆོག་རིས་གཞན་རྣམས་གོ་སྒྲ་ཞིང་། རོ་བརྒྱ་ཞེས་བ་ནི། མངར་  
 བ། སྦྱར་བ། བསྐྱར་བ། ཁ་བ། ཆ་བ། ལན་ཚུ་བ་སྟེ་རྩ་བའི་རོ་དུག །དེ་རེ་རེ་  
 ལའང་མངར་བའི་མངར་བ་སོགས་དུག་དུག་ཏུ་ཕྱེ་བས་སོ་དུག །དེ་རེ་རེ་  
 ལའང་དམན་བ་དང་། འབྲིང་དང་། མཆོག་གསུམ་གསུམ་དུ་ཕྱེ་བས་རོ་བརྒྱ་  
 དང་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལ་བཤད་དོ། །རོལ་མོ་འབྲུལ་བ་ནི་རང་གི་སྙིང་ག་རྣམ་  
 མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་སིལ་སྟན་དང་། བི་ཕང་དང་། སྦྱིང་བྱ་དང་། དུང་ལ་སོགས་  
 བ་རོལ་མོའི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་ཚོགས་ཐོགས་བ་དཔག་ཏུ་མེད་བ་སྟོས་ནས་སྟུ་གར་

བྱེད་ཅིང་རོལ་མོ་རྣམས་བརྟུངས་པས། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཐམས་ཅད་རོལ་  
 མོའི་དབྱངས་ཀྱིས་འགོངས་ཤིང་། སྒྲ་དབྱངས་དེ་དག་ལས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་  
 རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་བ་དང་། རིགས་ཐུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་རང་རང་གི་སྐད་དུ་སྒྲོག་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་  
 རོལ་བ་སོགས་མདོ་སྡེ་རྣམས་ནས་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་བསམས་ནས་ཕྱལ་  
 བས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་  
 བསྐྱེད་ཅིང་། བདེ་བ་དེ་གནས་ལུགས་སྟོང་པོ་ཉིད་ལ་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་བཞིན་  
 དུ་དབྱེར་མེད་དུ་ཞུགས་པས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བམས་  
 ལ་མཆོད་ལྟ་རྣམས་སྟོང་གར་བསྟུ། འདིར་མཆོད་པ་རེ་རེ་ནས་མཆོད་ལྟ་སྟོ་  
 ཞིང་བསྟུ་བ་ནི། འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ལས། བཛོད་ནས་དོ་རྗེ་སྟོ་བ་ནི། །རྫོགས་  
 རྣམ་རབ་ཏུ་བསྟུ་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། འདི་ལ་ནི་རྫོགས་  
 རིམ་ཀྱི་ལམ་མཐོན་པོ་རྣམས་སྦྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་ཉེན་འབྲེལ་བྱུང་བར་  
 ཅན་ཡོད་གསུང་ངོ་། །མཆོད་པ་འབྱུང་ཚུལ་དེ་དག་ནི་འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་  
 ལེ་ཏུ་བརྒྱུད་པ་ལས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་སྟོང་བ་ལས། འཇམ་པའི་དོ་རྗེ་སྦྱན་པར་  
 བྱ། །དཀྱིལ་འཁོར་བ་དང་ཡང་དག་ལྟར། །དཀྱིལ་འཁོར་དབུས་སུ་སྦྱན་པར་  
 བ། །རང་གི་གདན་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ། །བཞུགས་ཤིང་ཡང་དག་མཆོད་པར་  
 བྱ། །རང་རང་སྒྲགས་དང་རིམ་རིམ་བཞིན། །ལྟ་ཡི་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱིས་  
 མཆོད། །འཁོར་ལོ་མཆོག་ནི་མཆོད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདིའི་



དོན་ལྟར་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་གསང་འཛིགས་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་ཆོག་  
 རྣམས་སུ། ལྟ་ཡིས་མེ་ཏོག་དམ་པ་འདིས། །དཀྱིལ་འཁོར་མཆོད་པ་བགྱིད་  
 པར་འཆོལ། །ཐུགས་ནི་བཅེ་བས་ཉེར་དགོངས་ལ། །མགོན་པོ་མཆོད་པ་འདི་  
 བཞེས་ཤིག། །ཅེས་སོགས་ཉེར་སྦྱོད་རོལ་མོ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ་ཚུལ་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། ལྟ་ཡི་མེ་ཏོག་ཅེས་པ་ཐུན་མོང་བ་ལྟར་ན་ལྟ་  
 རྗེས་ཀྱི་མེ་ཏོག་དང་། ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི་ངེས་དོན་ཀྱི་ལྟ་བུ་སྤྱོད་དབྱེར་  
 མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མེ་ཏོག་གི་རྣམ་པར་ཤར་བ་ལ་བྱེད་གསུང་ངོ་། ། ཉེར་སྦྱོད་  
 རོལ་མོ་དང་བཅས་པ་འདི་དག་འབྲུལ་བའི་ཆེ་སྒྲགས་དང་ཐུག་རྒྱ་དང་  
 བཅས་ཉེ་འབྲུལ་བར་རྒྱུད་ལས་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་  
 བུད་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཀྱི་དཀྱིལ་ཆོག་ཏུ་ཡང་དེ་ལྟར་གསུང་། འདིར་  
 སྒྲགས་ལ་སོགས་པ་མ་མཛད་པ་ནི་བདག་ལྟ་བུའི་སྒྲུན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་  
 གཟུང་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱུས་ནས་མཛད་ཅིང་། དུས་བྱུང་པར་ཅན་ལ་སྒྲ་མ་  
 མཆོད་པའི་སྒྲོན་ས་ཆོགས་མཆོད་བྱ་བ་དང་། རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་བྲིད་བྱེད་  
 པའི་སྒྲ་བས་སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་སྒྲོན་ས་ཆོགས་མཆོད་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་  
 རོར་བྱིལ་བཟུང་ནས་ཉེར་སྦྱོད་སོ་སོའི་ཐུག་རྒྱ་དང་བཅས་མཛད་རྒྱུ་ཡོད་  
 ངོ། །འདིར་བཀོད་པའི་ཉེར་སྦྱོད་རོལ་མོ་དང་བཅས་པའི་ཆོག་འདི་དག་ནི་  
 གསང་འབྲུས་དང་བུད་མཆོག་གི་མཆོད་བྲེང་རྣམས་ཀྱི་གནད་བསྐྱུས་པར་  
 མངོན་ཞིང་། དེ་ལ་ལྟ་ཡི་མེ་ཏོག་ཅེས་སོགས་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་ལྟར་དང་། ཉིང་  
 འཛིན་པོར་གྱིས་བྲིས་པའི་སྒྲིན་ལེགས་གཟུགས། །འབྲི་ཤིང་གཞོན་ཀུ་

བཞིན་དུ་ལུས་སྤྲོད། །བཞིན་རས་རྒྱས་པས་ལྷ་བའི་མཛེས་པ་འཕྲོག  
 ཟུངས་སྟོན་པོའི་མིག་ཅན་མཆུ་སྟོས་དམར། །སྤེལ་ལེགས་མེ་ཏོག་སྤེང་བ་  
 འཛིན་མཛད་མ། །འདོད་པའི་བདེ་ལ་ཆགས་པ་མང་སྤྱུལ་ཏེ། །དཀྱིལ་འཁོར་  
 བ་རྣམས་དབྱེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །ཉེར་སྟོན་ལྷ་མོའི་བདེ་བས་མཆོད་  
 པར་བྱ། །ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མེ་ཏོག་གི་གནས་སུ། དེ་ཞེས་བདུག་པའི་  
 སྟོས་སྟོན་འཛིན་མཛད་མ། །རིན་ཆེན་འོད་འབར་སྤང་གསལ་འཛིན་མཛད་  
 མ། །སྟོང་གསུམ་ངད་ལྡན་དེ་མཆོག་འཛིན་མཛད་མ། །རོ་བརྒྱ་ལྡན་པའི་ཞལ་  
 ཟས་འཛིན་མཛད་མ། །ཞེས་དང་། ཡིད་འོང་རོལ་མོའི་ཆ་བྱད་མཐའ་ཡས་  
 ལས། །བྱུང་བའི་གདངས་སྟོན་མི་འབྲ་དུ་མ་ཅན། །ཐོས་པས་ལུས་སེམས་  
 གདུང་བ་ཞི་བྱེད་པ། །སྒྲ་ཆོགས་རོལ་མོའི་སྒྲ་ཡིས་མཆོད་པར་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ལ། ཏིང་འཛིན་པེར་ལེགས་མའི་  
 མཆོད་སྤེང་འདི་ནི་དགའ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་འདེབས་པའི་ཆེ་  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱངས་སུ་བསྒྲགས་པ། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་བདེ་མཆོག་གི་མཆོད་སྤེང་དུ་འགོད་པར་མཛད་པ་  
 ཡིན་གསུངས། ལྷ་མ་སྒྲ་ཆོགས་རྣམས་ལ་ཐུགས་ལ་ཏོགས་པ་གསལ་དུ་  
 བསྐྱེད་དགོས་པ་དང་། སྤར་མེད་ཀྱི་བདེ་ཆེན་གསལ་དུ་བསྐྱེད་དགོས་གང་  
 ཡང་མེད་ཀྱང་། སྤྱོད་པ་པོ་རང་ཉིད་ཆོགས་རྗོགས་པའི་ཕྱིར་ཐག་མེད་ཀྱི་  
 བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བསམ་དགོས་པ་ཡིན་  
 བོ། །གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་ནི་ཕྱིའི་ཉེར་སྟོན་འབྲུལ་ཚུལ་ཡིན་ལ། རང་གི་

ཉེར་སྒྲིང་འབྲུལ་ཚུལ་ནི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤང་བའི་ལེ་བྱ་ལྟ་བུ་དང་དྲུག་པ་  
 ལས། དེ་བཞིན་སྤྱི་དང་ནང་དང་ནི། །གཉིས་ཀ་ཡང་ནི་མི་དམིགས་  
 ལ། །གཟུགས་ལ་གསུམ་དུ་བྱས་ནས་ནི། །ལྟ་རྒྱུ་ལ་ནི་དབྲུལ་བར་  
 བྱ། །ཡུལ་ནི་ལྟ་ནི་ངེས་གནས་ཏེ། །རྒྱུད་ལྟར་ངེས་བར་འབྱུང་བ་ནི། །མི་ལམ་  
 རྒྱུད་དང་ལྟན་པ་བྱ། །འདོད་པ་ལྟ་རྒྱུ་སྒྲིང་བར་བྱེད། །དབང་པོ་གང་དང་  
 གང་ལམ་གྱིས། །སྐྱབ་པ་པོ་ནི་ཡུལ་འཐོབ་པོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐུགས་རྗེ་  
 ཆེ། །མཉེས་བའི་སྤྱིར་ནི་དབྲུལ་བར་བྱ། །ཡང་དག་དགའ་བའི་མེ་ཏྲོག་གིས། །  
 དོན་རྗེ་ཉི་མ་པར་འབྱུང་། །མེ་ཏྲོག་བདག་ཉིད་ལ་མཆོད་ལ། །དོན་རྗེ་གསུམ་གྱི་  
 དམ་ཆོག་མཆོག་ །རྒྱུ་ཏྲོག་ཚུལ་ཡུལ་མ་ཡིན་ཞིང་། །དེ་ལྟར་གཏུམ་མོའི་མེ་  
 ཡིས་ནི། །ངེས་བར་བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་སྒྲིས། །ཐུགས་ཀྱི་དོན་རྗེ་ལ་ནི་  
 དབྲུལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་དོན་རྗེའི་དབྱུངས་  
 ལྟ་མཛད་པ་ནི། །གསང་བའི་འཁོར་ལོ་ཨི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ལྟར། །འཁོར་བྱ་སྒྲི་བའི་དོན་  
 རྗེའི་བྱུང་བ་ཡིས། །བསྒྲིང་བའི་བརྒྱུ་ལས་འོངས་མེ་ཏྲོག་དམར། །མི་བསྒྲིང་  
 དོན་རྗེའི་ལྟ་ཆོགས་མཉེས་སྤྱིར་འབྲུལ། །སྐྱུ་ལ་བའི་འཁོར་ལོ་གཏུམ་མོའི་མེས་  
 བསྐྱེད་པས། །ཡིད་འོང་བྱི་ཡི་དང་ལྟར་ག་ལྟར་སྒྲིས། །ཉམས་སྤྱི་སྤྱིང་པས་  
 ཡིད་རབ་ཆེ་བྱེད་ལ། །མི་བསྒྲིང་དོན་རྗེའི་ལྟ་ཆོགས་མཉེས་སྤྱིར་འབྲུལ། །  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབྲུས་གནས་བདེ་བའི་དངོས། །རྒྱུ་ཡིག་ཉི་མ་གསལ་  
 བའི་འོད་ཟེར་ཅན། །མི་ཤེས་ཐུན་འཛོམས་སྤྱུགས་ཀྱི་མར་མེ་འདི། །མི་  
 བསྒྲིང་དོན་རྗེའི་ལྟ་ཆོགས་མཉེས་སྤྱིར་འབྲུལ། །བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོའི་དབྲུས་

ན་ལེགས་གནས་པ། །ཀྱུན་ལྟར་དཀར་ངེ་ཡི་བྱུག་པ་ཡིས། །ལུས་ཀྱན་བྱུག་  
 པས་བདེ་བའི་མཆོག་སྟེར་བ། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་བྱེར་  
 འབྲུལ། །མི་ལམ་ཡུལ་ལ་རོལ་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །གང་གང་དབང་པོའི་ལམ་  
 བས་བྱུང་ནས་ནི། །དེ་དང་དེ་ཡི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྐྱོད་ཟས། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེའི་  
 ལྷ་ཆོགས་མཉེས་བྱེར་འབྲུལ། །སྟོམས་འཇུག་དགའ་བའི་རོལ་བ་ལས་བྱུང་  
 བ། །མི་ཤིགས་ཡི་གེ་མཆོག་གི་རོལ་མོའི་སྒྲ། །ཞུ་མི་ཀླ་མིའི་གདངས་སུ་  
 འཁར་བ་རྣམས། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྩེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་བྱེར་འབྲུལ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། །ནང་དོ་རྩེའི་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལས་རྫོགས་རིམ་  
 གྱི་རྟོགས་པ་མཆོག་རྣམས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཏེ། །འདི་དག་ནི་གསང་  
 བ་ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་གསང་བ་རྣམས་སོ། །

## གསུམ་པ་འདོད་ཡོན་འབྲུལ་བ་ནི།

༥ གཟུགས་སྐྱ་ངེ་རོ་རེག་བྱའི་དཔལ་འཛིན་པའི། །

སྤྱི་ནང་འདོད་ཡོན་ལྷ་མོས་སྤྱུགས་ཀྱན་བྱུག། །

ཅེས་པ་སྟེ། །རང་གི་སྤྱིང་ག་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྤྱུག་ན་མེ་ལོང་  
 དམར་པོ་ངོས་གཉིས་པ་ཐོགས་པ། །སྤྱིང་ལྷ་མོ་སྤྱུག་ན་པི་ལང་སྟོན་པོ་ཐོགས་  
 པ། །དེའི་ལྷ་མོ་སྤྱུག་ན་དེའི་དུང་ཆོས་ཐོགས་པ། །རོའི་ལྷ་མོ་སྤྱུག་ན་བདུད་  
 ཅིའི་ཞལ་ཟས་ཐོགས་པ། །རེག་བྱའི་ལྷ་མོ་སྤྱུག་ན་ན་བཟའ་ཐོགས་པ་དཔག་

ཏུ་མེད་པ་སྒྲིམ་ཏེ། ལྷ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ལ་འདོད་ཡོན་དེ་དང་དེ་དག་ཕུལ་  
 ཏེ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་ནས་མཆོད་ལྷ་  
 རྣམས་སྦྱང་གར་བསྟུ། མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞལ་གཅིག་  
 ཕྱག་གཉིས་མ། ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་ཅིང་བཞིན་འཇུག་བག་དང་ལྡན་པ། ཟུར་གྱིས་  
 བལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་མངོས་པ། ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་ཅིང་  
 འདོད་ཡོན་ལྡེ་དགའ་བས་རོལ་བ། གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་བ། ལྷ་དབྱངས་  
 སྟན་པ། ལྷ་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བྱི་བཟང་གོ་བ། ཤིན་ཏུ་མངར་བའི་རོ་མཆོག་  
 དང་ལྡན་པ། དེག་བྱ་འཇམ་པ། ལྷ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་  
 ཟག་མེད་གྱི་བདེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་རུས་པ་ཤ་སྟག་ཏུ་བསམ་མོ། ཉེར་  
 སྦྱོང་དང་ཕྱི་ནང་གི་འདོད་ཡོན་རྣམས་སྟགས་ཀྱི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 འབྱུལ་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱས་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱལ་ཆེན་སྐད་  
 ཅིག་རེ་རེར་གསོག་རུས་པ་དང་། རྫོགས་རིམ་གྱི་རྫོགས་པ་མཆོག་རྣམས་  
 སྐྱེ་བའི་དགོ་ཅ་སྒྲིན་བྱེད་དུ་སོང་ནས་སྦྱར་དུ་མཆོག་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཕན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བདུན་  
 པ་དང་བརྒྱད་པ་རྣམས་ནས་གསུངས་ཤིང་། མཆོད་པ་དེ་དག་གི་ངེས་དོན་  
 ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ནི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྒྱུད་དེ་སྤངས་པ་དང་། དགོངས་པ་ལྷང་སྟོན་  
 སོགས་ལས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཅུ་བཞི་ཉེར་སྦྱོང་འདོད་ཡོན་  
 རྣམས་འབྱུལ་བའི་ཆེ་མཆོད་པ་སྣ་རེ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དངོས་སུ་བཤམས་  
 པ་དང་། ཡིད་གྱིས་སྦྱུལ་བའི་མཆོད་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། རྟོགས་བཅུའི་



ཞིང་རབ་འབྲམས་ཀྱི་མཆོད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྒོས་བསྐྱངས་ཏེ། ཀུན་བཟང་  
 མཆོད་པའི་སྒྲིན་ཕུང་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པས་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀུན་  
 ཡོངས་སུ་བཀའ་སྟེ་འབྲལ་བ་ཡིན་ལ། རང་གི་འདོད་ཡོན་འབྲལ་ཚུལ་ནི། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། འདོད་པའི་སྒྱུ་ཅལ་དྲག་ཅུ་བཞི་ལ་མཁས། །ཡིད་  
 འཕྲོག་གཟུགས་མངའ་ལང་ཆོའི་དཔལ་ཡོན་ཅན། །བརྒྱ་ཅན་སོགས་ཕྱག་  
 རྒྱའི་གཟུགས་མཆོག་རྣམས། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་  
 འབྲལ། །ཟུར་གྱིས་བལྟ་ཞིང་འཇུ་མ་པའི་བཞིན་རས་ཅན། །དྲག་ལྷན་ལ་  
 སོགས་ཡང་དག་སྒྲུ་ལ་མཁས། །བརྒྱ་ཅན་སོགས་ཕྱག་རྒྱའི་སྒྲུ་དབྱངས་  
 མཆོག་ །མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབྲལ། ། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་  
 དང་སྒྱུར་བ་བཟང་པོ་ཤི། །གང་གི་ལུས་ལས་ཏྲ་ཏྲ་རྣམ་འབྱུང་བ། །བརྒྱ་  
 ཅན་སོགས་ཕྱག་རྒྱའི་ཤི་མཆོག་རྣམས། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་  
 ཕྱིར་འབྲལ། །གང་ཞིག་སྐྱངས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འཇུ་བ། །བེམ་བ་ལྟར་  
 དམར་མ་མཆུའི་སྤང་ཅི་སོགས། །བརྒྱ་ཅན་སོགས་ཕྱག་རྒྱའི་རོ་མཆོག་  
 རྣམས། །མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་འབྲལ། །གསང་བའི་སྒྲ་ཅི་  
 བན་ཚུན་ཕྱད་པ་ཡི། །རེག་བྱ་སྤྱོད་བས་གཏུམ་མོ་སྒྲུལ་བྱེད་པ། །བརྒྱ་ཅན་  
 སོགས་ཕྱག་རྒྱའི་རེག་བྱ་མཆོག་ །མི་བསྐྱོད་དོ་རྗེའི་ལྷ་ཆོགས་མཉེས་ཕྱིར་  
 འབྲལ། །ཞེས་པ་དང་། བདེ་མཆོག་གི་མཆོད་ཕྱེད་དུ། རབ་འབྲམས་ཞིང་ན་  
 རི་སྟོད་གཟུགས་མཆིས་པ། །ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས་བྱང་ལྷ་མོ་ནི། །བཞིན་  
 རས་འཇུ་མ་ཞིང་སྒྲུ་ཡི་མངའ་པ་སྟོན། །གཟུགས་ཀྱི་དོ་རྗེ་མ་ཡི་མཆོད་པ་

ཡིས། །གང་ཤར་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །གཟུགས་ཀྱི་དོ་རྩེ་  
 མར་ནི་ཤར་བའི་མཐུས། །མི་འགྱུར་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རབ་སྦྱལ་ཏེ། །བདེ་  
 སྟོང་མཆོག་གི་ཉིང་འཛིན་རྩོགས་པར་ཤོག། །དེ་བཞིན་འདོད་ཡོན་སྟག་མ་  
 རྣམས་ལ་འང་སྦྱར་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ནི་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་  
 ལེ་བྱ་བ་དུན་པ་ལས། །གཟུགས་ལ་རྣམ་གསུམ་ཤེས་བྱས་ནས། །མཆོད་པར་  
 བྱེད་པས་མཆོད་པར་བྱ། །དེ་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་སྒྲུ་ཆོགས་པ། །སངས་རྒྱས་  
 རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་གཞི། །ཞེས་སོགས་དང་། །གཟུགས་སྐྱེ་ལ་སོགས་  
 པ་ལ། །ཏྲག་ཏུ་སེམས་ནི་སྦྱར་བར་བྱ། །འདི་དེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི། །གསང་བའི་སྟོང་པོ་བརྟུས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་བཤད་རྒྱུད་  
 དོ་རྩེ་ཐོང་བར་བཀའ་བ་ལྟར། །གཟུགས་ཐམས་ཅད་གཟུགས་དོ་རྩེ་མར་སྒྲོམ་  
 པ་སོགས་དབང་པོ་དུག་གི་ཡུལ་དུ་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་སྟོང་དང་སྟོང་མོའི་རང་  
 བཞིན་དུ་བལྟས་ནས་སྒྲ་མ་སྟོང་ཆོགས་མཆོད་པ་དང་། །རང་ཉིད་ལྟར་གསལ་  
 བའི་དབང་པོ་རྟེན་བཅས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །མདོར་ན་གང་སྒྲུང་ཐམས་  
 ཅད་བདེ་ཆེན་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་པ་ནི་སྟགས་སྒྲ་མེད་  
 ཀྱི་སྟོང་པོ་མཐར་ཐུག་སྟེ། །སྟན་སྒྲེས་ཀྱི་བདེ་ཆེན་ཇི་ཙམ་འཕེལ་བ་དེ་ཙམ་  
 དུ་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ངེས་ཤེས་ལུགས་དྲག་ཅིང་རྩེ་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་  
 དང་། །བདེ་སྟོང་རྩེ་འཕེལ་དུ་སོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྟོང་པའི་ཅ་བ་གཅོད་པ་དང་།  
 །གཉིས་སྒྲུང་འཁྲལ་པའི་བག་ཆགས་འཛོམས་པ་སྟོབས་རྩེ་ཆེར་སོང་ནས་  
 སྦྱར་དུ་འཛང་རྒྱ་བའོ། །དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་

པས་གང་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་དུ་འཆར་བའི་ཐབས་ལ་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་  
ཚུན་ཆད་ཀྱིས་འབད་ནས་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་  
སོ།།

## བཞི་པ་མཇུག་འབུལ་བ་ནི།

༥ བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་སྒྲིང་གཞི་སྟུན་པོར་བཅས། །  
རིན་ཆེན་བདུན་དང་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་སོགས། །  
ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་པའི་སྟོང་བཅུད་ཕུན་སྙུམ་ཆོགས། །  
སྟོ་མིའི་ལོངས་སྟོང་འདོད་དགའའི་གཏེར་ཆེན་པོ། །  
དང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཕུལ་བྱུང་ཞིང་གི་མཆོག །

སྐབས་མགོན་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ལ་དབུལ་བར་བབྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་མཇུག་གི་རྒྱ་ནི་རབ་གསེར་དབུལ་ལས་བྱས་  
པ་དང་། འབྲིང་འཁར་བ་དང་ཟངས་སོགས་ལས་བྱས་པ་དང་། ཐ་མ་ས་དང་  
ཞིང་སོགས་ལས་བྱས་པ་འང་རུང་ཞིང་། དེ་ཙམ་ཡང་མ་འགྱུར་ན་གཡམ་  
པ་འམ་རྩོ་བ་རྒྱུ་པོ་འམ་བྱ་བཞི་གང་རུང་གིས་ཀྱང་རུང་སྟེ། རྗེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པ་འཁོར་དག་པ་རྣམ་བརྒྱད་དང་བཅས་བརྗེ་བཅུན་འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་བྱ་བུལ་ལ་ཐེབས་ནས་འོལ་ཁ་ཆོས་ལུང་དུ་བསག་  
སྐྱུང་མཛད་པའི་ཆོ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་རྩོ་བ་རྩ་བ་ཞིན་ཏུ་བརྟན་པ་ཁ་ངོས་

སྟོམས་པ་ཞིག་ལ་བྱུག་དར་གྱིས་སྤྱི་བཞིན་དུ་མཐུལ་མཛད་པར་གསུངས་  
 པ་དང་། རྒྱ་གར་བྱུབ་ཆེན་མང་པོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་མཛད་པར་གསུངས་  
 པས་སོ། །དེ་ཡང་ཡོ་བྱད་གྱིས་ཕོངས་ནས་མ་འབྱོར་པ་དང་། ཡོ་བྱད་  
 ཐམས་ཅད་དོར་བའི་ཀྱན་སྤངས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱ་བ་  
 ཡིན་གྱི། འབྱོར་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་སྟོས་མི་ཐོངས་པར་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དང་།  
 འབྱོར་བ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཆོམ་བྱུང་འབྱུངས་བྱ་མི་རྒྱས་པར་དོ་བའི་སྤྱི་མ་  
 སོགས་ལས་བྱ་བ་ནི་རང་གིས་རང་བསྟུ་བ་ཡིན་ཞིང་། དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་པོ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། དུང་པོར་བྲི་མ་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྤང་སྟོས་རེ་བཟུབ་  
 ནས། ཅན་དན་ག་བྱར་སྟོས་ཀྱི་ཚུ་ཞེས་དཔྱད་པའི་ལོང་གིས་མིག་ལྡན་ལ་མགོ་  
 སྟོར་བྱེད་གསུང་བ་ལྟ་བུར་འབྱུང་རོ། །དེས་ན་ཆོམ་བྱུང་འབྱོར་བ་ཡོད་ན་  
 རབ་གསེར་དདུལ་སོགས་དང་། འབྲིང་དུང་དང་མགོན་བྱ་སོགས་དང་འབྱུ་  
 བསྟེས་པའམ། མ་མཐའ་འབྱུ་གཙང་མ་དགོས་ཤིང་། ཡང་གོང་ལྟར་ཡོ་བྱད་  
 ཀྱིས་ཕོངས་པ་སོགས་ཀྱིས་འབྱུ་མ་འབྱོར་ན་དཀར་གོང་གི་སྤྱི་མས་ཀྱང་  
 རུང་གསུངས། དེ་ནས་དབྱེ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་མཐུལ་གྱི་ཆོག་ལས། བ་ཡི་  
 ལྷེ་བ་ཚུར་བཅས་སྦྱིན་པ་སྟེ། །ལེགས་པར་ཉུག་པར་བྱེད་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 སོ། །སྦྱིན་དང་གོག་སྦྱར་བསལ་བ་བཟོད་པ་ཡིན། །བྱ་བས་མི་སྦྱོ་དེར་  
 ཉུགས་བཙོན་འབྱུས་ཏེ། །དེ་ལ་སྐད་ཅིག་སེམས་ནི་གཅིག་བྱེད་པ། །བསམ་  
 གཏན་ཤེས་རབ་རི་མོ་གསལ་བའོ། །བྱུབ་པའི་མཐུལ་བྱས་པ་ཡིས། །པ་རོལ་  
 སྦྱིན་པ་འདི་དྲུག་འཐོབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དོན་ཡིད་ལ་བྱན་པར་བྱས་

ནས། མཐུལ་གྱི་ནང་བ་བྱུང་ལྷས་བྱུག་ཅིང་། ཆོམ་བྱ་རྣམས་དྲི་བཟང་གི་ཚུ་  
 དང་བདུད་ཅི་ལྷས་སྤགས་ལ། མཐུལ་གྱི་ཆོམ་བྱ་ལ་ཉེར་གསུམ་མ་དང་། སོ་  
 བདུན་མ་སོགས་མང་ཉུང་སྣ་ཆོགས་སྣང་ཡང་། ཆོམ་བྱ་ཉེར་གསུམ་མ་འདི་  
 བཤ་ཆེན་རྒྱ་རོ་བ་དང་སློབ་དཔོན་ཨ་བྱ་ཡ་ཀ་ར་སོགས་རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་  
 མང་པོ་དང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཕྱག་བཞེས་ཡིན་ཞིང་། དཔེན་ས་  
 བ་ཡབ་སྲས་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་ཅོང་ཁ་པའི་ཕྱག་བཞེས་ལྟར་ཆོམ་བྱ་ཉེར་  
 གསུམ་མ་འདི་མཛད་ལ། ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་འདིར་ཡང་ཆོམ་བྱ་ཉེར་  
 གསུམ་མ་འདི་མཛད་དོ། །

ཆོམ་བྱ་ཉེར་གསུམ་ནི། སྒྲིང་བཞི། སྒྲིང་ཐམ་བརྒྱད། དེན་ཆེན་བདུན།  
 གཏེར་ཆེན་པོ། ཉི་ལྷ་གཉིས། དེ་རབ་སྟེ་ཉེར་གསུམ་མོ། །མཐུལ་ཆོམ་བྱ་ཉེར་  
 གསུམ་མ་དེ་ལྟར་འབྱུལ་བའི་ཚུལ་ནི། ཡོ་བཟླ་བྱ་མི་ཤྲ་ཞུ། ཞེས་བས་དབང་  
 ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་དང་། ཡོ་བཟླ་རེ་ཁེ་ཤྲ་ཞུ། ཞེས་བས་ཕྱི་ལྷགས་དེ་  
 ལྷ་བྱུད། དྲི་བཟང་དང་བཅས་པའི་བདུད་ཅི་ལྷས་སྤགས་པའི་ཆོམ་བྱ་དབྱས་  
 ལྷ་འགོད་ཅིང་། ཡོ་ཉི་ལྷ་མ་བྱ་མི་ར་ཤེ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་དབྱས་ལྷ་དེ་རབ།  
 འཁར་དུ་མེ་ཉོག་འགོད་ཅིང་། ཡོ་ཡི་བྱ་ཐ་བེ་དེ་ཉ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་འཁར་  
 ལྷས་འཕགས། ལྷོར་འགོད་ཅིང་། ཡོ་རི་ཐ་ལྷ་དྲི་ལྷ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ལྷོ་  
 འཛམ་བྱ་སྒྲིང་། ལྷུབ་ཏུ་འགོད་ཅིང་། ཡོ་ལི་ཨ་བ་ར་གོ་ཅ་རྒྱ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་  
 ལྷུབ་བ་ལང་སྒྲིང་། ལྷུང་དུ་འགོད་ཅིང་། ཡོ་ཤི་ཨུད་ཉ་ར་ཀྱ་ར་ཤེ་རྒྱ་མ། ཞེས་  
 བས་ལྷུང་སྤྲ་མི་སྙན། འཁར་གྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ལྷ་འགོད་ཅིང་། ཡོ་ཡི་



ཟུ་བ་དྲེ་བ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་ལན་གཉིས་ཀྱིས་ལུས་དང་ལུས་འཕགས། ལྷོ་འི་  
 གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་རི་ཟུ་བ་དྲེ་བ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་  
 ལན་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། རུབ་ཀྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས་  
 སུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ལི་ཟུ་བ་དྲེ་བ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་ལན་གཉིས་ཀྱིས་གཡོ་  
 ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་འགོ། བྱང་གི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་  
 རྩི་ཟུ་བ་དྲེ་བ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་ལན་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱ་མི་སྟན་དང་སྐྱ་མི་སྟན་  
 ཀྱི་ཁྱེ། དེ་ནས་སྤྱིང་གི་ནང་གི་ཤར་དུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ཡི་ག་རྩ་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ།  
 ཞེས་བས་སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོ་རྩ་འགོད་ཅིང་། ཚི་རི་བུ་རུ་ཤར་ཡ་རྒྱ་མ།  
 ཞེས་བས་སྤྱིང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། རུབ་ཏུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ལི་ཨ་ཤར་ཡ་རྒྱ་  
 མ། ཞེས་བས་ཏྲ་རིན་པོ་ཆེ། བྱང་དུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ལྷོ་སྤྱི་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་  
 བས་བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། ཤར་ལྷོ་རྩ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ཡི་ཁ་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ།  
 ཞེས་བས་དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོ་རུབ་ཏུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་རི་ཅ་ཀྱ་རྩ་  
 ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། རུབ་བྱང་དུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་ལི་མ་  
 རི་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བྱང་ཤར་དུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་  
 རྩི་མདུ་ནི་ནི་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་གཏེར་ཆེན་པོ། ནང་གི་ཤར་དུ་འགོད་  
 ཅིང་། ཚི་སྤྱུ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ཉི་མ། ནང་གི་རུབ་ཏུ་འགོད་ཅིང་། ཚི་  
 ཅ་རྩ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ལྷ་བ་རྣམས་སོ་སོའི་རྣམ་པ་རི་བཞིན་གསལ་བཏབ་  
 ལ། ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ཤིང་། རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཆོགས་  
 ཀྱིས་གང་བའི་དག་པའི་ཞིང་དུ་བསམ། ལྷག་པར་རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་

དུས་གསུམ་དག་ཆོག་ས་དང་བཅས་པ་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་སྒྲུ་ཆོག་ས་གི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་དེ་མཐུལ་གྱི་སྟེང་དུ་ཡོད་པར་མོས་ལ།

བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་སྒྲིང་བཞི་ལྟན་པོར་བཅས། །

རིན་ཆེན་བདུན་དང་ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་སོགས། །

ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོད་བཅུད་ལྟན་སུམ་ཆོག་ས། །

སྒྲུ་མིའི་ལོངས་སྒྲོད་འདོད་དགའའི་གཏེར་ཆེན་པོ། །

དང་པའི་སེམས་གྱིས་ཕུལ་བྱུང་ཞིང་གི་མཆོག།

སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ལ་དབུལ་བར་བབྱ། །

ཞེས་བཅོད་དེ་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་ཆོག་ས་ལ་ཕུལ་བའི་མོས་པ་བྱའོ། །སྒྲུ་མ་མཆོད་  
པའི་ཆོ་ག་ཆོག་ས་བཅད་སྐྱུང་པ་བྱེད་ཆེ་ཐུགས་འབུལ་བྱས་པ་བྱེད་པ་དེ་  
ལྟར་མ་ལྟོགས་ཀྱང་། ཆོག་ས་བཅད་འདིའི་སྐྱབས་སུ་ཆོམ་བུ་འགོད་ཐུགས་  
དེ་ལྟར་བྱའོ། །བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་ཞེས་པ་ནི་འོག་གཞི་རྒྱུང་གི་དགྱིལ་འཁོར་  
ཆེན་པོ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཆུའི་དགྱིལ་འཁོར། དེའི་སྟེང་དུ་གསེར་གྱི་ས་གཞི།  
གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་སྒྲིང་བཞི་པ་རང་རང་གི་རྒྱ་མཆོ་རེ་རེ། དེར་  
སྒྲིང་བཞི། སྒྲིང་ཕྱན་བརྒྱད། དབུས་སུ་གསེར་གྱི་རི་བདུན་དང་རོལ་མཆོ་  
བདུན་སྟེལ་མར་བསྐྱོར་བའི་དབུས་ན་རི་རབ་བྱ་བཞི་པ། བྱེད་ཆུ་མཆོམས་  
མན་དང་། བྱེད་ཆུ་མཆོམས་ལས་གནས་དུ་འཕགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུ་བཞིའི་  
རང་བཞིན་ཅན། བང་རིམ་བཞི་ལ་གཞོད་སྒྱུན་ལག་ན་གཞོང་ཐོགས། བྱེད་

ཐོགས། ཏྲག་ཤྱོས། རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་ལྷ་གནས་རྣམས་དང་། རི་རབ་གྱི་སྤྲོང་  
 ར་སུམ་ཅུ་ཙུག་གསུམ་གྱི་ལྷ་གནས། དབུས་སུ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་  
 དང་བཅས་པ་ལྷའི་ཡོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་དང་ལྷན་པ་སྟེ། སྤྲོང་  
 བཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་དེ་འདྲ་བ་སྤྲོང་ཕྱག་གཅིག་ལ་སྤྲོང་དང་པོ། དེ་འདྲ་  
 བ་སྤྲོང་ཕྱག་གཅིག་ཅིས་གཞིར་བཟུང་སྟེ་གཅིག་ནས་སྤྲོང་གི་བར་དུ་  
 བབྱངས་པའི་སྤྲོང་ལ་སྤྲོང་གཉིས་པ་དང་། དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཅིས་  
 གཞིར་བཟུང་སྟེ་གཅིག་ནས་སྤྲོང་གི་བར་དུ་བབྱངས་པའི་སྤྲོང་ལ་སྤྲོང་  
 གསུམ་པ་ཞེས་བཤད་དེ། དེ་ལ་སྤྲོང་བཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་བྱེ་བ་ཕྱག་  
 བརྒྱ་ཡོད་དོ། །དེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་གྱི་སྤྲོང་དུ་སྒྲོས་བསྐྱངས་ཏེ་འབྲུལ་བ་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཙམ་དུ་ཡང་མ་ཟད་སྤྱོད་འཇུག་ལས། ས་གཞི་བསྟར་བ་སྒྲོས་  
 གྱིས་བྱུགས་པ་དེར། །མེ་ཏོག་ཡིད་འོང་སིལ་མ་བཀྲམ་པར་བྱས། །གཞལ་  
 མེད་པོ་བྱང་བསྤྱོད་དབྱངས་ཡིད་འོང་ལྷན། །ལུ་ཏིག་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཕྱང་  
 མཛེས་འབར་བ། །དཔག་ཡས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་རྒྱར་དེ་དག་ཀྱང་། །ཐུགས་  
 རྟེན་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབྲུལ་བར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྣམ་  
 མཁའི་མཐའ་གླས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་བསྐྱངས་ཏེ་མཐུན་གྱི་  
 སྤྲོང་དུ་བཀོད་དེ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །རིན་པོ་ཆེ་བདུན་ནི། འཁོར་ལོ་རིན་པོ་  
 ཆེ། རྟོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ། བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། སྒོན་པོ་རིན་པོ་ཆེ། སྤང་པོ་རིན་  
 པོ་ཆེ། ཏྲ་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། བྱིམ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་འཁོར་  
 ལོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རྒྱ་གསེར་ལས་བྱས་ཤིང་། ཅིབས་སྤྲོང་དང་ལྷན་པ། རྒྱར་

དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་ཡོད་པ། མགར་བས་མ་བྱས་པ། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་  
རྒྱལ་པོའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུས་བྱུང་པ། ཉི་མ་ལྟ་བུར་ནམ་མཁའ་ལ་  
འཕགས་ཏེ་འགོ་བ། དཔག་ཚད་འབྲུམ་གྱི་ལམ་ཉི་མ་གཅིག་གིས་བཟོད་པ།  
འཁོར་ལོ་དེའི་མཐུས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་དབྱང་ཆོགས་ཡན་ལག་བཞི་  
དང་བཅས་པ་སྤྱིང་བཞི་དང་རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་ལྟ་གནས་རྣམས་སུ་བཟོད་པར་  
བྱེད་པ། གང་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་འཁོར་ལོ་དེའི་མཐུས་འབྱུང་བ་ཞིག་  
གོ། རྟོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། རྒྱ་བྱི་རྩ་ཆ་ལས་བྱུང་པ། ཟུར་བརྒྱད་པ། འོད་ཟེར་  
ཁ་དོག་སྒྲ་ལྔ་འཕྲོ་བས་དཔག་ཚད་བརྒྱའི་བར་དུ་མཆོན་མོའང་ཉི་མོ་བཞིན་  
དུ་སྤང་བར་བྱེད་པ། ཆ་བའི་ཆེ་བསིལ་བར་བྱེད་ཅིང་། གང་བའི་ཆེ་འོད་ཀྱིས་  
རྩོ་བར་བྱེད་པ། རྟོར་བུ་དེ་གང་དུ་གནས་པའི་སར་ནད་དང་དུས་མ་ཡིན་པའི་  
འཆི་བ་རྣམས་མི་འབྱུང་བ། རྒྱལ་པོའི་ཡིད་ལ་གང་བསམ་ཐམས་ཅད་རྟོར་  
བུ་དེའི་མཐུ་ལས་འབྱུང་བ་ཞིག་གོ། །བཙུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རྒྱལ་རིགས་སུ་  
སྤྱེས་པ། ཏ་ཅང་མི་རིང་མི་བྱང་བ། ཏ་ཅང་མི་སྦྱོམ་མི་སྦྱེམ་པ། གཟུགས་  
མཛེས་པ། ཚུལ་དུ་ཤིས་པ། ལྟ་ན་སྤྱུག་པ། ལུས་ལས་ཅན་དན་དང་ག་བྱར་  
ལ་སོགས་པའི་བྱི་བཟང་གི་ངད་དང་། ཁ་ནས་ལྷུང་ལའི་བྱི་ཞིམ་པོ་འབྱུང་བ།  
གང་དུ་གནས་པའི་སྤྱིང་དེར་བཀའ་སྒྲོམ་དང་ལྷ་ངན་སེལ་བ། ལུས་ལ་རེག་  
པ་ཅ་མ་གྱིས་བདེ་བའི་མཆོག་སྟེར་ཞིང་ལུས་ཀྱི་ནད་དང་ཉོན་མོངས་ཐམས་  
ཅད་ཞི་བར་བྱེད་པ། བྱད་མེད་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
དང་ལྡན་པ། སྤྱིང་དེར་གནས་པའི་སྤྱི་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་ལྟ་བུ། ཡོན་ཏན་

མང་པོ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ། སློན་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། སྐྱེ་བོ་གཞན་ལ་མི་འཆེ་  
 ཞིང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་སྦྱོང་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་ཤིང་སྦྱོང་ལ་མེད་པ། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་གྱི་ཡིད་  
 ལ་གང་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱ་མི་དགོས་པར་ཤེས་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ། ལྷག་པར་དབྱང་ཆོག་པ་ཡན་ལག་བཞི་གང་དུ་འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་པ་དང་  
 གནས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཞིང་མཁས་པ། མདོར་ན་རྒྱལ་  
 པོའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ཞིག་གོ། སྤང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། ཡན་ལག་བདུན་  
 དང་ལྡན་པ། མདོག་དཀར་བ། བོང་ཆེ་བ། གངས་རི་ཆེན་པོ་འགྲོ་བ་འབྲ་བ།  
 སྤང་པོ་རང་བཞིན་པ་སྟོང་གི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ། རྒྱལ་པོས་བསྐྱོ་བ་ན་ཉི་མ་  
 གཅིག་ལ་འཇམ་སྒྲིང་ལན་གསུམ་འཁོར་བ། ལུས་ལས་ངེ་ཞིམ་པོའི་དང་  
 འབྱུང་བ། ཅང་ཤེས་སྦྱང་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་བགྱི་བར་རུས་པ། འགྲོ་བའི་ཆེ་  
 ཞོན་པ་པོའི་ལུས་མི་འབྱུགས་པ། སྟོག་ཆགས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་  
 པར་དལ་གྱིས་འགྲོ་བ། བ་རོལ་གྱི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་  
 པ་ཞིག་གོ། རྟ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། མདོག་དཀར་པོ། ལྷའི་ཕྱོད་ལ་སོགས་པའི་  
 རྒྱན་དུ་མ་དང་བཀྲ་ཤེས་པའི་རི་མོ་དུ་མས་བརྒྱན་པ། ཅང་ཤེས་ཞོན་པ་པོ་  
 གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱང་བ། ལུས་ལ་ནད་སོགས་སྦྱོན་མེད་ཅིང་ཉི་  
 མ་གཅིག་ལ་འཇམ་སྒྲིང་ལན་གསུམ་འཁོར་བ། ཞོན་པ་པོ་ལུས་མི་འབྱུག་  
 ཅིང་ཀུན་གྱི་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་གོ། ཁྲིམ་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ནི། འཁོར་ལོས་  
 བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་པ་སྟེ། གསེར་དང་དབྱལ་དང་རྫོང་རིན་པོ་ཆེ་



ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆའི་མཆོག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་འགོངས་  
 ཞིང་། གཞན་ཡང་སྤྱིང་དེའི་ས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུབ་ཆོགས་ཀྱིས་  
 འགོངས་པ། འབྲེལ་པ་ཞིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ། རྣམ་ཡང་མི་ཉམས་པར་བརྟན་པ།  
 གཡོ་སྒྱུ་དང་བྲལ་ཞིང་སྤྱི་པོ་གཞན་ལ་གཞོད་འཆེ་མི་བྱེད་པ། སྤྱིང་དེའི་སྤྱི་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་པ་ལྟ་བུར་འཛིན་ཅིང་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཡིད་རབ་ཏུ་དགའ་  
 བར་འགྱུར་བ་ཞིག་གོ། ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་བདུན་ནི། རལ་གྱི་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་། བགས་པ་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། མལ་ཆ་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཆལ་  
 ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བྱིམ་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། གོས་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་། ལྷམ་ཉེ་བའི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་སོ། དེ་ལ་རལ་གྱི་རིན་པོ་ཆེ་ནི། འཁོར་  
 ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་པ་རོལ་གྱི་ཁློལ་བ་ཅི་བྱུང་ཡང་རལ་གྱི་དེ་བཟང་  
 བ་ན་སེམས་ཅན་སྐྱུ་ལའང་གཞོད་འཆེ་བྱ་མི་དགོས་པར་རལ་གྱི་དེ་མཐོང་བ་  
 ཅམ་གྱིས་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འདུ་བ་ཞིག་གོ། བགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། རྒྱ་  
 མཆོའི་ཁྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་བགས་པ་སྟེ། ཞིང་དུ་དཔག་ཆད་ལྷ། ཟུར་དཔག་  
 ཆད་བརྟུ་ཡོད་པ། མེས་མི་ཆོག་། ཆར་གྱིས་བརྒྱན་མི་རུས། གང་བའི་དུས་  
 སྟོང་བར་བྱེད། ཆ་བའི་དུས་སྐབས་ལ་བར་བྱེད། དེ་ལྟས་ལ་བགོས་བ་ཅམ་  
 ཀྱིས་བདེ་བ་མཆོག་དང་ལྡན་པ་དང་། ཉེ་སྤྱིའི་འོད་ལྟར་འོད་གྱི་སྤྱང་བ་ཆེན་  
 པོ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ། མལ་ཆ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། ཞིན་ཏུ་འཇམ་ཞིང་མནན་ན་  
 བེམ་བྱེད་པ། བཏེག་ན་ཕར་བྱེད་པ། མལ་ཆ་དེའི་སྤྱིང་དུ་བསམས་པ་ན་  
 བསམ་གཏན་སྐྱར་དུ་ཐོབ་ཅིང་སྒྲོ་གོས་ཞིན་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པ། འདོད་

ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་གང་བྱང་ཡང་མལ་ཆ་དེའི་སྟེང་དུ་བསྐྱད་  
 པ་ཅམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་ནི་བར་བྱེད་པ་ཞིག་གོ། །ཆལ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། འཁོར་  
 ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་ཆལ་དེར་སྤྱོད་པ་ན་ལྟའི་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཆལ་དེར་  
 འབྱུང་ཞིང་། ལྟའི་བྱ་མོ་མང་པོ་སེལ་སྟན་སྒྲ་ཆོགས་དགྲོལ་བར་བྱེད་པ།  
 ཆལ་དེར་དགོ་བའི་ལས་ཁོ་ན་ལ་སྤྱོད་པ་ཞིག་གོ། །བྱིམ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། འཁོར་  
 ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་བྱིམ་དེར་གནས་པ་ན་མཆོན་མོངས་ཉོན་མོ་བཞིན་  
 དུ་འོད་འཕྲོ་པ། བྱིནས་བལྟས་ན་ནང་གསལ་བ། ནང་ནས་བལྟས་ན་བྱི་  
 གསལ་བ། རྟོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་བརྒྱན་པ། ལྟའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་  
 མང་པོས་མཆོད་པ་བྱེད་པ། བྱ་དན་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས་གྱི་གཞོད་པ་  
 གང་ཡང་མེད་པ། མཆོག་ཏུ་དགའ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་གནས་ཁྱད་  
 པར་དུ་འཕགས་པ་ཞིག་གོ། །ལྟམ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་གྱི་  
 བསོད་ནམས་ལས་བྱུང་བའི་རིན་པོ་ཆེའི་ལྟམ་ཞིག་སྟེ། དེ་རྒྱང་པ་ལ་གྲོན་  
 ནས་ཚུའི་སྟེང་དུ་སོང་ཡང་མི་བྱིང་བ་དང་། འགྲོ་བར་འདོད་ན་དཔག་ཆད་  
 བརྒྱར་ཡང་སྒྱུར་དུ་འགྲོ་བྱས་ཞིང་། དེའི་ཆེ་ལུས་ལ་ངལ་བ་གང་ཡང་མི་  
 འབྱུང་བའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་མཐུལ་གྱི་སྟེང་དུ་གསལ་བཏབ་  
 ནས་སླེམ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་འབྲུལ་བ་སྟེ། ཆོགས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྫོགས་པའི་  
 ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ནོ། །མཐུལ་ལ། བྱིའི་མཐུལ། ནང་གི་མཐུལ། གསང་བ་  
 དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་མཐུལ་གསུམ་དུ་ཡོད་པ་ལས། དེ་ནི་བྱིའི་མཐུལ་འབྲུལ་  
 ཚུལ་ཡིན་ལ། ནང་གི་མཐུལ་འབྲུལ་ཚུལ་ནི། རང་གི་ལུས་གྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་

སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་ལ་སོགས་པ་མཐུལ་གྱི་ཚོམ་བྱ་དེ་དང་དེར་གྱུར་བར་མོས་  
 རས་འབྱུལ་བ་སྟེ། རྟོ་རྩེ་འཆང་སྒོ་བཟང་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཉིད་གྱིས།  
 བགས་པ་རབ་མཛེས་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་སྟེང་། བླ་ཆེན་བདུད་ཅིའི་ཚུ་  
 ཡིས་ཆག་ཆག་བཏབ། །ལྟ་བུ་མེ་ཏོག་པང་ཕྱང་ཚོམ་བྱར་གྱུར། །ཡན་ལག་  
 རྣམས་ལས་སྒྲིང་ཆེན་བཞི་དང་ནི། །ཉིང་ལག་སྒྲིང་ཕན་བརྒྱད་དུ་གྱུར་པའི་  
 དབྱས། །ཁོག་པ་རིན་ཆེན་རྩལ་མང་བཅེགས་པའི་ཅེར། །མགོ་བོ་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་མཛེས། །མིག་གཉིས་ཐུན་སེལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་དང་། །སྒྲིང་  
 བེ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ། །དབང་པོ་ནང་ཁོལ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་  
 ལས། །ལྷ་མིའི་འདོད་ཡོན་དཔལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས། །འདོད་དགའི་རྒྱ་  
 མཚོ་མཐུལ་བཟང་པོ་འདི། །རྩ་བརྒྱུད་སྒྲུབ་པ་ཡི་དམ་དཀོན་མཆོག་གསུམ། །  
 སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་རྣལ་འབྱོར་མ། །བསྟན་སྲུང་རྒྱ་མཚོར་  
 བཅས་ལ་ལེགས་འབྱུལ་ན། །ཐུགས་རྩེས་བཞེས་ནས་བྱིན་རྒྱལས་དངོས་  
 གྲུབ་སྟོལ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གསང་བ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་མཐུལ་  
 བེ། རང་འདོད་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བས་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་བྱང་པར་  
 ཅན་བསྐྱེད་པའམ། དེ་ལྟར་མི་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱེད་བར་མོས་ནས་བདེ་སྟོང་  
 དབྱེར་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་སྒྲིང་བཞི་རི་རབ་སོགས་མཆོད་རྩལ་དེ་དང་  
 དེར་ཤར་བར་མོས་ནས་འབྱུལ་བའོ། །དེ་ལྟར་མཐུལ་འབྱུལ་བ་ནི་ཚོགས་  
 རྩོགས་པའི་ཐབས་སུ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུགས་ཏེ། །གསང་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེ་བྱ་  
 བརྒྱུད་པ་ལས། །ཞིང་འདིར་རིན་ཆེན་སྣ་བདུན་གྱིས། །མཁས་པ་དག་གིས་

ཡོངས་བཀའ་ལ། །དངོས་གྲུབ་འདོད་པས་སྦྱིན་པའི་བྱིར། །ཉིན་རེར་ཤེས་  
རབ་ཅན་གྱིས་དབྱལ། །ཞེས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་  
འདོད་པས་སྟོང་གསུམ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོག་གས་གྱིས་བཀའ་སྟེ་ཡང་ཡང་འབྱལ་  
དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། རྒྱུད་དོན་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུ་པ་ལས་ཀྱང་།  
དགྱིལ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཅས་ཐལ་མོས། །སྟོན་པ་སླ་མ་བསྟེན་བཀྱར་ཞིང་། །  
ཞབས་ལ་སྦྱི་བོས་ཕྱག་བྱའོ། །ཞེས་ཉིན་རེ་བཞིན་སླ་མ་དང་ལྟ་ལ་ཕྱག་བྱ་བ་  
དང་། མཆུལ་འབྱལ་བ་སྒྲགས་གྱི་དམ་ཆོག་ཏུ་ཡང་གསུངས་པས་ཤིན་ཏུ་  
གལ་ཆེའོ། །དོན་འདི་ལ་དགོངས་ནས་སླ་མ་གོང་མ་རྣམས་གྱིས་ཟབ་བྲིད་གྱི་  
སྟོན་འགོར་མཆུལ་གྱི་བྲིད་བྱུང་དུ་མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་། དགའ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན་པོའི་སྟོན་འགོ་བྲིད་ཆེན་བཞིའི་ནང་ནས་ཆོག་གས་གསོག་པ་མཆུལ་གྱི་  
བྲིད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ།།

## ལྟ་བ་སྦྱབ་པའི་མཆོད་པ་འབྱལ་བ་ནི།

དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱལ་ཡིད་བཞིན་རྒྱ་མཆོའི་ངོགས། །  
སྲིད་ཞིའི་རྣམ་དཀར་ལས་འོང་མཆོད་རྩས་གྱི། །  
འདབ་སྟོང་རྒྱས་པས་ཀྱན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་། །  
འཛིག་ཏེན་འཛིག་ཏེན་ལས་འདས་རང་གཞན་གྱི། །

སྒྲོ་གསུམ་དག་བའི་མེ་ཏོག་ཅི་ཡང་བཟ།

ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་དྲི་བསྐྱེད་འབྲུམ་འཕྲོ་ཞིང་།

བསྐྱེད་གསུམ་རིམ་གཉིས་ལམ་ལྗེའི་འབྲས་ལྗན་པའི།

དགའ་ཆལ་རྗེ་བཙུན་སྒྲུབ་མཆོད་པའི་ཕྱིར་འབྲུལ།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རང་གིས་སྒྲུབ་བསགས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་  
གསོག་པར་འགྱུར་བའི་དག་ཆོག་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དགའ་ཆལ་གྱི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པར་འབྲུལ་པའོ། །དེ་ཡང་ད་ལྟ་  
རང་ལ་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་།  
ད་ལྟ་རྒྱུད་ལ་མེད་ཀྱང་མ་འོངས་པ་ན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་ལམ་  
ཐུན་མོང་བ་ དང་། ཐུན་མོང་མེད་པ་བསྐྱེད་རྗེས་ཀྱི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དམིགས་ལུལ་དུ་བཟུང་སྟེ་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་  
འབྲུལ། འདི་ལ་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་གསུངས། རང་  
གི་དག་ཅེ་འབྲུལ་བ་ཅེས་དུ་མ་བཟུང་སྟེ་འཕགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དག་བ་རྣམས་  
ཀྱང་སྒྲོམ་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་འབྲུལ། དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་འབྲུལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གསལ་རྒྱལ་ལ་  
གདམས་པའི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་འདི་ལྟར་ཁྱོད་ནི་བྱ་བ་མང་བྱེད་  
པ་མང་སྟེ། ཉིན་མཆོད་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་ལ་བསྐྱེད་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
རོལ་དུ་སྦྱིན་པའི་བར་དུ་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་ཀྱི། དེ་བས་ན་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་



ཁྱོད་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འདུན་པ་དང་། དད་པ་དང་། རོན་  
 དུ་གཉེར་བ་དང་། སློན་པ་འགྲོ་ཡང་རུང་། འགྲོང་ཡང་རུང་། འདུག་ཀྱང་རུང་།  
 ཉལ་ཡང་རུང་། སད་ཀྱང་རུང་། ཟ་ཡང་རུང་། འཁྱུང་ཡང་རུང་། ཉག་པར་  
 རྒྱན་དུ་བྱན་པར་གྱིས་ལ་ཡིད་ལ་བབྱང་སྟེ་སྒྲོམས་ཤིག །སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་  
 དང་། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་གི་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་  
 པ་དང་། ད་ལྟར་བྱང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ཤིང་གཞལ་  
 ཏེ་རྩིས་ལ་རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བར་གྱིས་ཤིག །རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བའི་མཆོག་  
 དང་། རྣམ་མཁའ་དང་འབྲ་བ་དང་། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་མཚུངས་པར་  
 རྗེས་སྤྱི་ཡི་རང་བར་གྱིས་ཤིག །རྗེས་སྤྱི་ཡི་རངས་ནས། སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པར་བྱ་བར་སྤུལ་ཞིག །སྤུལ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་གྱིས་ཤིག །དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པའི་བར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སྤྱི་རྫོགས་པར་འགྱུར་བར་ཉིན་གཅིག་བཞིན་དུ་དུས་གསུམ་  
 དུ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོས་ཤིག །རྒྱལ་པོ་  
 ཆེན་པོ་ཁྱོད་དེ་ལྟར་ཞུགས་ན་རྒྱལ་པོ་ཡང་བྱེད་ལ། རྒྱལ་པོའི་བྱ་བ་ཡང་  
 ཉམས་པར་མི་འགྱུར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་ཡོངས་སྤྱི་རྫོགས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་

དགོ་བའི་རྩ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པས། ལན་དུ་མར་ལྟའི་ནང་དུ་སྐྱེས།  
 ལན་དུ་མར་མའི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ལྟ་དང་མེར་སྐྱེས་པ་ན་དབང་པོ་བྱེད་པར་  
 གྱུར་ཀྱང་། ད་དུང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དགོ་བའི་རྩ་བའི་ལས་ལ་བྱི་བའམ་གང་པར་མི་མདོན་  
 རོ། །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཅིག་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྐྱལ་བར་དམིགས་  
 པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོལ་བར་དམིགས་པ་དང་། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་དབུགས་དབྱུང་བར་དམིགས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་བསྐྱེད་བར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དགོ་བའི་རྩ་བ་གངས་  
 མེད་པ་བསོགས་པར་འགྱུར་ན་གང་དེ་ལྟར་མང་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་རང་གཞན་གྱི་དགོ་རྩ་རྣམས་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་ནས་སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་ཕྱལ་བས། སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་  
 རྒྱུད་ལ་སྒྲན་མེད་པའི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཆད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་  
 བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བ་དག་འབྱུངས་པའི་མོས་པ་བྱེད། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་སྤང་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པ་མཐར་  
 ཐུག་པ་ཡིན་པས། ཡོན་ཏན་གསར་དུ་ཐོབ་དགོས་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། སྐྱབ་  
 པ་པོ་རང་ཉིད་ཆོགས་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་སྤར་མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཆད་  
 མེད་པ་དག་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་ནས་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་པར་བསམ་  
 རྟེ་མོས་སྒྲོ་སྒྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ལས་བསྐྱུགས་

ཏེ། བལ་པོ་ཆེའི་དོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་བསྟོ་བ་ལས། སྤྱིར་དུས་གསུམ་གྱི་  
 དགོ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། ལྷག་པར་རང་གི་དབང་པོ་དུག་ལ་གང་སྒྲུང་ཐམས་  
 ཅད་མཆོད་རྩིས་སུ་དམིགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་འབུལ་བའི་ཚུལ་རྒྱ་  
 ཆེར་བཤད་ནས། དེ་ཕུལ་བས་སངས་རྒྱས་རྣམས་མཉེས་པར་བསམ་ཚུལ་  
 བློ་དེ་ཉིད་ལས། ཡོངས་སུ་བསྟོ་བ་འདིས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་  
 དག་དེ་བས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་པའི་བདེ་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་  
 དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བདེ་བ་མཚུངས་  
 པ་མེད་པས་ལེགས་པར་བེན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བདེ་བ་མཐའ་  
 ཡས་པར་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་  
 བདེ་བ་ཆོད་མེད་པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོ་འབྲུལ་གྱི་  
 བདེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ལེགས་པར་བེན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གནས་པ་ཆགས་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པས་ལེགས་པར་  
 བེན་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་མཆོག་གི་མཐུ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་བདེ་  
 བ་རྟེན་པར་དཀའ་བ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་གྱུར་ཅིག །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་  
 ཀྱི་བདེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ཤིན་ཏུ་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག །ཆོར་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཞི་ཞིང་མི་སྦྱེ་བའི་བདེ་བས་འགྱུར་བ་མེད་པར་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག །དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆགས་པ་མེད་པར་གནས་པ་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་  
 པ་གཉིས་སུ་ཀུན་ཏུ་མི་སྦྱོད་པས་རྣམ་པར་མི་འཁྲུག་པར་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག  
 །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་དེ་ལྟར་དགོ་བའི་རྩ་བ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་

ལ་ཡོངས་སུ་བསྒྲུའོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་དགོ་ཅ་རྣམས་  
བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་ཕྱལ་བས་དེ་དག་གི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་ཆད་མེད་  
པ་སྐྱེས་ཤིང་ས་ལམ་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱུན་བྱེད་པར་མོས་པ་བྱ་བ་ དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་ཕྱལ་བས་དེ་དག་གི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་བདེ་ལ་  
བསྐྱེད་ཅིང་། སོ་སོའི་གནས་ངན་ལེན་སྤོ་རྣམས་ཀྱང་དག་ནས་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོར་ཞུགས་ཏེ་ས་ལམ་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱུན་བྱེད་པར་མོས་པ་བྱ་བ་  
སོགས་ཀྱི་ཆེར་གསུངས་ཏེ། འདྲིར་ཐམས་ཅད་བྱིར་མ་རྒྱས་པས་སློ་གྲོས་  
དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་འབུལ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་གོ་སྤྲོད་ཞིང་རྣམ་པ་  
གསལ་བར་སྟོན་པ། ཐོས་པ་རྒྱ་མཆོའི་མཆོད་ཡོན་ཀྱན་ནས་འབྲིལ། །ཡོན་  
ཏན་མེ་ཏོག་ཚུལ་བྲིམས་བདུག་སྟོས་སྟོན། །ཤེས་རབ་སྟོན་མེ་དད་པ་སྟོས་  
ཚུའི་མཆོ། །ཏིང་འཛིན་བདུད་ཅིའི་ཞལ་ཟས་དམ་པ་དང་། །བསྟོད་དབྱངས་  
སྟོན་པའི་སིལ་སྟོན་སྤྲེའུ་ཅིང་། །ཀྱན་ནས་སྟོང་བཅེ་རྣམ་དཔྱོད་སྟོབས་  
པ་ཡི། །གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་བ་དན་བསྐྱེད་བྱས་པས། །བདག་ལུས་  
གཞལ་མེད་ཁང་བཅེགས་རབ་བརྒྱན་ནས། །སྟོང་དབུས་ཚུ་སྐྱེས་ཐེག་ལེ་  
འདབ་རྒྱས་པ། །བརྟན་པར་བཞུགས་པའི་ཆོས་རྗེ་མཆོད་བྱེད་ཅིང་། །ངེས་  
པར་འདུན་པའི་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་འདེབས་ན། །འགྲོ་བའི་སྒྲུ་མ་རྟག་ཏུ་མཉེས་  
གྱུར་ཅིག །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་ཏུ་མཉེས་གྱུར་ཅིག །ཅེས་དང་། རྣམ་དག་  
བྲིམས་ཀྱི་ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོའི་དབུས། །རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལུགས་མང་ཐོས་

ཅ་བ་ལས། །དི་མེད་རིགས་པའི་ཡལ་ག་འབྱུང་ཕྱག་རྒྱས། །གཞན་དྲིང་མི་  
འཛོག་ངེས་ཤེས་མེ་ཏྲོག་བཟ། །ལམ་གཙོ་གསུམ་གྱི་ཟེའུ་འབྱུང་ཟེལ་མངར་  
ཆགས། །ས་གསེར་སྒྲ་བ་མེ་སོགས་ས་ལམ་གྱི། །འབྲས་བྱས་རབ་མཛེས་  
དཔག་བསམ་དགའ་ཆལ་འདི། །དིན་ཅན་སྒྲ་མ་མཆོག་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་  
འབྱུལ། །རབ་བསིལ་སྤོང་བདུན་མཆོད་ཡོན་རྒྱ་མཆོར་འབྱེལ། །དད་པའི་མེ་  
ཏྲོག་ཚུལ་བྲིམས་དྲི་ཞིམ་སྤོས། །ཐོས་པའི་སྒྲོན་མེ་གཏོང་བའི་དྲི་ཆབ་དང་། །  
ཤིན་སྤངས་ལྡན་པ་ཏིང་འཛིན་བདུད་རྩི་ཟས། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་རོལ་  
མོ་སྒྲ་ཆོགས་འབྲེལ། །ངོ་ཆ་བྲིལ་ཡོད་འདོད་ཡོན་སྒྲ་ཆོགས་བཅས། །མ་ཆང་  
མེད་པའི་མཆོད་སྒྲིན་རྒྱ་མཆོ་འདི། །ཅ་བ་རྒྱུད་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་  
ཕྱིར་འབྱུལ། །ཞེས་བཟོད་ཅིང་རང་གི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་  
གསུམ་སོགས་ཡོན་ཏན་རྣམས་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་  
མཆོད་པར་སྤུལ་ན་ཤིན་ཏུ་བྱུང་ཆེའོ། །

དེ་ཡང་ཆོག་དེ་དག་མི་བཟོད་ཀྱང་། དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤྱུལ་ཡིད་  
བཞིན་རྒྱ་མཆོའི་ངོགས། །ཞེས་སོགས་བཟོད་པའི་ཆེ་དོན་དེ་དག་གསལ་  
བཏབ་ནས་འབྱུལ་བའི་དམིགས་པ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནང་གསང་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་འབྱུལ་  
ཚུལ་ནི།

གུར་གུམ་མདངས་ལྡན་བཟང་པོའི་དྲི་ངད་ཅན། །



རོ་བརྒྱའི་དཔལ་འཛིན་རྒྱ་ཇའི་བརྟུང་བ་དང་། །

ལྷགས་རྒྱ་ལྷ་དང་སྟོན་མ་ལྷ་ལ་སོགས། །

སྦྱངས་ཏོགས་སྦྱར་བའི་བརྟུང་ཅིའི་རྒྱ་མཆོས་མཆོད། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་རྒྱ་ཇའི་བརྟུང་བའི་མཆོད་པ་ནི། ཕྱིའི་མཆོད་  
པའི་ཁོངས་སུ་བསྡུས་ནས་འབྲིང་པར་མཛད་སྟོལ་ཡོད་ཅིང་། རྣང་མཆོད་  
ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྡུས་ནའང་འགལ་བ་མེད་དམ་སྟུམ་སྟེ། རྣང་མཆོད་ཀྱི་སྦྱབ་  
གཞི་རྒྱ་ཇའི་ཁུ་བ་ལ་བྱར་རུང་ཞིང་། དགའ་ལྡན་བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེ་  
འདིའི་བཀའ་སྟོལ་འཛིན་པའི་དམ་པ་གོང་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་  
པ་ལ་གཅེས་སྦྱས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་མང་པོས་རྣང་མཆོད་ཀྱི་སྦྱབ་གཞི་རྒྱ་ཇའི་  
ཁུ་བ་ལ་མཛད་པར་ཡང་སྦྱང་ངོ་། །རི་ལྟར་ཡང་རྒྱ་ཇའི་བརྟུང་བ་ནི་བྱང་སྟོང་  
གི་བརྟུང་བའི་གྲངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱང་སྟོང་གི་བརྟུང་བ་བརྒྱད་  
འདུལ་བ་ལུང་ལས་གསུངས་ཏེ། ཅོ་ཆ་དང་། ལུ་ཤིང་གི་འབྲས་བུ་དང་། རྒྱ་  
ཤུག་དང་། ཨ་ཤུད་ཐ་དང་། ལུ་དུམ་དང་། ལུ་ལྷུང་དང་། ལུ་ལྷ་དང་།  
འབྲ་གོའི་བརྟུང་བ་རྣམས་ནི་སྟོན་ཀྱི་བྱང་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་བསྡུགས་ཤིང་།  
ཐུབ་པས་གནང་བའི་ཐུན་ཆོད་དུ་རུང་བའི་བརྟུང་བར་གསུངས། རྒྱ་ཇའི་  
བརྟུང་བ་འདི་ཡང་བྱང་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་བསྡུགས་པའི་བརྟུང་བ་དེ་དག་དང་  
ཆ་མཐུན་པར་ལོ་མའི་བརྟུང་ལེན་ཀྱི་ཁུ་བ་ཡིན་ཞིང་། འདིས་ནི་སྟོགས་ལ་བ་  
དང་། སྦྱ་ཕྱེ་བདེ་བ་དང་། འགོ་ན་མགྱོགས་པ་དང་། དགོ་སྦྱོར་ལ་འཇུག་པ་ན་  
རིག་པ་དྲངས་པ་སོགས་སྟོན་ཀྱི་དམ་པ་མང་པོས་ཡོན་ཏན་མང་པོ་བསྡུགས་

ཤིང་། ལྷག་པར་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤེས་ཕྱི་ངོ་ཐུན་ཆོད་དུ་འབྱུང་དུ་རུང་བའི་  
 རྒྱ་ཇའི་བརྟུང་བ་འདི་ལྟ་བུ་བོད་ན་ཡོད་པ། བོད་ཀྱི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ནམས་  
 བསོད་ནམས་རེ་ཆེ་ཞེས་མཉེས་མཉེས་མཛད་སྒྲ། རྒྱ་ཇའི་མཆོད་པ་འབྲུལ་  
 བའི་ཚུལ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་རམ། གདམས་ངག་འདི་དང་མཐུན་པར་  
 ལྷགས་ཀྱི་གསང་བ་དང་འབྲེལ་བའི་འབྲུལ་ཚུལ་ནི་མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱིས།

༥ ཨོ་ཨྲཱཾ། བདེ་ཆེན་ཀུན་བཟང་ང་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་འདི། །རྩེ་བཙན་  
 ཅ་བའི་སླ་མ་མཉེས་ཕྱིར་འབྲུལ། །ལྷན་གྲུབ་བདེ་ཆེན་རྒྱས་པའི་ངང་ཉིད་  
 ནས། །ཐུགས་ཡིད་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་ས། །ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ས་ཏེ་འབྲུལ་བའི་དམིགས་པ་བྱའོ། །ནང་  
 མཆོད་འབྲུལ་ཚུལ་ནི། །ཤ་ལྷ་དང་བདུད་ཅི་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ནང་མཆོད་ཀྱི་  
 རྩེས་ནམས་བསང་སྦྱང་བསྐྱེད་ཅིང་སྦྱངས་ཏོགས་སྤར་གསུམ་གྱིས་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབ་ས། སྒྲིང་ག་ནས་ལྷ་མོ་རོ་རོ་རྩེ་མ་གངས་མེད་པ་སྒྲོས་ཏེ། མོད་  
 པས་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་ནས་བཙུས་ཏེ་སླ་མ་ལྷ་ཆོགས་ནམས་ལ་ཕུལ་  
 བས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱེད་པའི་མོས་པ་  
 བྱའོ། །ཤ་ལྷ་ལ་ལྷགས་ཀྱུ་ལྷ་དང་། བདུད་ཅི་ལྷ་ལ་སྒྲོན་མ་ལྷ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་ཤ་ལྷ་དང་བདུད་ཅི་ལྷ་པོ་དེ་  
 དག་སྦྱངས་ཏོགས་སྤར་གསུམ་བྱས་ཏེ་སླ་མ་ལྷ་ཆོགས་ནམས་ལ་འབྲུལ་བ་  
 དང་། རང་གིས་ཡོངས་སྦྱང་པས་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་སྦྱར་དུ་འགྲུགས་པ་

དང་། དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ཡང་གསང་  
 རྩམ་བྱེད་པར་ཅན་འདི་དག་སྤྲུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་སློན་ས་ལོངས་སྤྱད་  
 བ། རང་གི་དོན་ལྟེན་ལྟེན་འདི་ཉིད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། ཡུན་རིང་དུ་  
 གནས་པ་དང་། རྩམ་བྱེད་པར་ཅན་དེ་དག་གིས་ཅ་སྤྱང་ཐེག་ལེ་རྣམས་བྱིན་  
 ཀྱིས་བརྒྱལས་པས་ལས་རུང་དུ་སོང་སྟེ། དོན་ལྟེན་ལྟེན་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་  
 པའི་མཐུས་རྫོགས་རིམ་ཐབ་མོའི་རྟོགས་པ་མཆོག་རྣམས་ཆེ་འདིར་ཐོབ་  
 པའི་རྒྱ་བྱེད་པས་ཤིང་ལྷ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་དང་། བདུད་ཅི་ལྷ་ལ་སློན་མ་ལྷ་  
 ཞེས་བསྤྲུགས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷགས་ཀྱི་དང་སློན་མའི་དོན་དེ་ལྷར་ཤིང་ལྷ་དང་  
 བདུད་ཅི་ལྷ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་ཅིང་ཐ་སྤྱད་དེ་ལྷར་བདེ་མཆོག་གི་བཤའ་  
 རྒྱུད་སློམ་འབྱུང་ལས། ཤིང་ཆེ་ལ་དང་དེ་བཞིན་ཁྲག །མཁས་པ་ཡིས་  
 རི་གཟུང་བར་བྲ། །སྤྱོད་པོ་དངོས་གྲུབ་འདོད་པ་ཡིས། །ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་ཅི་རི་  
 སྤྱད་པའམ། །འདིར་རི་གསལ་པ་གཙོ་ར་བཤའ་པས། །རི་སྟེ་ཡང་དག་ཉིད་  
 བ་གཟུང་། །བ་སྤྱང་ཤིང་ཉིད་ཤིང་། །སྤྱང་པོའི་ཤིང་དེ་བཞིན་ཏེ། །མི་  
 ཡི་ཤིང་ཁྱི་ཡི་ཤིང་། །མཁས་པ་ཡིས་རི་གཟུང་བར་བྲ། །དོན་མེས་པས་དཔས་  
 གང་གསུངས་པའི། །སློན་མ་ལྷ་ཞེས་གྲགས་པའོ། །ཞེས་རྩམ་རྣམས་ཀྱི་  
 དོས་འཛིན་དང་། དེ་དག་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་དང་སློན་མ་ལྷ་ཞེས་གསལ་བར་  
 གསུངས། །སློབ་དཔོན་ཨ་བྱ་ཡ་ཀ་རའི་མན་ངག་སྟེ་མ་ལས་ཀྱང་། །འདི་  
 རྣམས་ལྷགས་ཀྱི་བཞིན་དུ་མཛོན་པར་འདོད་པའི་དོན་ཉི་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་  
 ལྷགས་ཀྱི་རྣམས་སོ། །ཡེ་ཤེས་ལྷ་རྣམས་ནི་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་

ཤེས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་འདི་རྣམས་དོན་ཆེན་པོ་བྱ་  
 བར་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་འོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་མོས་པ་རྣམས་ནི་སྒྲོན་མ་ལྟ་རྣམས་  
 དང་ལྷགས་ཀྱི་ལྟ་རྣམས་སོ། །ཞེས་རྗེས་དེ་དག་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་བདག་ཉིད་  
 དང་། དེ་དག་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ལྟ་དང་སྒྲོན་མ་ལྟ་ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་  
 སོ། །ནང་མཆོད་ཀྱི་རྗེས་ཤིང་དང་བདུད་ཅི་ལྟ་པོ་དེ་དག་དངོས་སུ་ཆང་  
 བར་མ་འགྱུར་ནའང་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བཅུ་དྲུག་པ་ལས་གསལ་བར་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བདུད་ཅི་རིལ་བུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ནས་རིལ་བུ་  
 དེ་ནས་ནང་མཆོད་ཀྱི་སྐྱབ་གཞི་ཆང་ལ་སོགས་པར་བཏབ་པས་ཀྱང་ཤིན་  
 ཏུ་རུང་ཞིང་། དེ་ཡང་མ་འགྱུར་ན་སྐྱབ་གཞི་ཆང་ཅམ་མམ། དེ་ཡང་དགག་  
 དགོས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱབས་མ་བདེ་ན་རྒྱ་ཇའི་ཁུ་བ་འམ་ཐ་ན་ཚུ་ཅམ་གྱིས་  
 ཀྱང་རུང་བ་མན་ངག་སྟེ་མར་གསུངས་ཤིང་། སྐྱབ་གཞི་གང་ཡིན་ཡང་དེ་  
 ཉིད་ཤིང་ལྟ་དང་བདུད་ཅི་ལྟ་མོས་པ་བྱས་ནས་སྐྱབ་རུང་བར་འདུས་པའི་རྩ་  
 རྒྱུད་ལས། ཤིང་རྣམས་ཐམས་ཅད་མེད་ན་ཡང་། ཐམས་ཅད་བསམ་པས་རྣམ་  
 པར་བཏྲག་ ཁྱེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ནང་མཆོད་ཚུལ་བཞིན་  
 དུ་བསྐྱབས་ནས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་འབྲུལ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཏེ། འདུས་  
 པའི་རྩ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བཞི་པ་ལས། བཤང་གཅི་ཁུ་བ་ཁྲག་ལ་སོགས། ལྟ་རྣམས་  
 ལ་ནི་དབུལ་བར་བྱ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་གྲགས་ཆེན་མཉེས། ཞེས་དང་། རྩ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བརྒྱུད་པར་སྒྲ་མ་མཆོད་

པའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་། བདག་པོའི་ཕྱག་རྒྱར་མཉམ་བཞག་ནས། །སངས་རྒྱས་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དབུས་དག་ཏུ། །འདོད་ཆགས་སྒྲོ་ཅན་སངས་རྒྱས་ལ། །རེག་  
 པའི་སྒྲོར་བ་དབུལ་བར་བྱ། །ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ཀྱི་དབུས་གནས་པར། །  
 དཀྱིལ་འཁོར་བཀོད་པ་བསྒྲུལ་བར་བྱ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བདག་གི་  
 ལུས། །སྒྲུ་མ་བཞུང་དང་གཅི་བས་མཆོད། །ཅེས་སྒྲུ་མ་ལ་ནང་མཆོད་དང་  
 གསང་མཆོད་གཉིས་འབྲུལ་བ་གསལ་བར་གསུངས། རི་ལྟར་འབྲུལ་བའི་  
 ཆོགས་བཅད་ནི། བཞུང་རྒྱུད་དོ་རྗེ་ཕྱིང་བ་ལས་གསུངས་པ་གསང་འབྲུས་  
 དཀྱིལ་ཆོག་ཏུ། བདུད་ཅི་ལྷ་ཡི་བཟའ་བ་ནི། །དངོས་གྲུབ་ཀྱན་བྱེད་དེ་ཉིད་  
 མཆོག་ །དཀྱིལ་འཁོར་མཆོད་པ་བབྱེད་པར་འཆ་ལ། །ཐུགས་ནི་བཅེ་བས་  
 ཉར་དགོངས་ཏེ། །མགོན་པོ་མཆོད་པ་འདི་བཞེས་ཤིག་ །ཅེས་གསུངས་པའི་  
 དོན་གདམས་ངག་འདིར་བཀོད་པའོ། །རིམ་གཉིས་ཀྱི་བྲིད་བྱ་བའི་སྐྱབས་  
 དང་། དུས་ཁྱད་པར་ཅན་སོགས་ལ་ཆོགས་མཆོད་བྱེད་པའི་ཆེ་ནང་མཆོད་  
 འབྲུལ་བའི་མཆམས་འདིར་མཛད་ལ། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་མང་པོའི་དཀྱིལ་  
 ཆོག་རྣམས་སུ་ཡང་ཆོགས་མཆོད་བྱ་བའི་ཚུལ་མང་དུ་གསུངས། ཆོགས་  
 ཀྱི་མཆོད་པ་ནི་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་སྒྲོང་བ་དང་། དཔའ་བོ་མཁའ་འགོ་  
 རྣམས་མཉེས་པར་བྱ་བ་དང་། སྒྲུ་མ་ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་སྐྱུར་དུ་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་སྐྱུར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་ཡིན་  
 པས་ཆོགས་འཁོར་ཡང་ཡང་བྱེད་དགོས་པར་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་  
 མང་པོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། ལྷག་པར་འབྲུས་པའི་ལེ་ཏུ་བཅུ་དྲུག་པ་ལས་



ཆོགས་འཁོར་བྱ་ཚུལ་དང་། ཆོགས་འཁོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་དངོས་  
 བྱལ་ཕྱར་དུ་འཐོབ་པར་གསུངས། དེའི་དོན་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེང་བ་ལས་  
 ཆོགས་འཁོར་བྱ་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་ལ། ཆོགས་འཁོར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ་  
 ཆོགས་རྩལ་འི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། ཆོགས་ཀྱི་དོན་རྗེ་སྤོབ་དཔོན་དང་།  
 ལས་ཀྱི་དོན་རྗེ་དང་། ཆོགས་པ་རྣམས་སོ་སོར་མཆོན་ཉིད་འི་ལྟ་བུ་དགོས་  
 པ་དང་། བྱ་བའི་དུས་དང་འི་ལྟར་བྱེད་པའི་ཆོག་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་  
 གསུང་བ་འདུས་པའི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེང་བ་དང་། བདེ་མཆོག་གི་བཤད་  
 རྒྱུ་སྤོམ་འབྱུང་དང་། མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཆོ་སོགས་ལས་འབྱུང་ཞིང་། ལྷག་  
 པར་མཁའ་འགྲོ་རྒྱ་མཆོ་ལས་རབ་ཏུ་ཉི་མ་རེ་རེར་ཆོགས་འཁོར་བྱ་བ་དང་།  
 དེ་མ་ཐུབ་ན་སྤྱོད་པ་རེའི་ནང་དུ་བྱ་བ་དང་། མ་མཐའ་ལོ་རེའི་ནང་དུ་ཆོགས་  
 འཁོར་རེ་བྱ་དགོས་པ་དམ་ཆོག་ཡིན་པར་གསུངས། ཚུལ་དེ་དག་ཞིབ་པར་  
 བཀོད་ན་ཡི་གེ་ཉ་ཅང་མང་པོར་འགྱུར་བས་གྲི་མ་རྒྱས་ཤིང་། ཉེ་བར་མཁོ་བ་  
 ཆོགས་འཁོར་གྱི་ཆོག་བྱ་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་བཀོད་ན། ཆོགས་རྩལ་  
 གཙང་ཞིང་གྲ་ཞོམ་པ་ཕྱག་ལེན་བཞིན་བཤམ། སྤྱོད་ཀྱི་དབང་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ཐོབ་ཅིང་དམ་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུང་བའི་སྐབ་པ་པོ་རྣམས་ཆོགས་  
 ཉེ། སྤྱོད་མ་མཆོད་པའི་སྐབས་འདིར་ཡིན་ན་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དང་གནས་བྱིན་  
 རྒྱལ་ས་སོགས་སྤོན་དུ་སོང་བེན་པས་འདིར་མ་བྱས་ཀྱང་ཆད་པའི་སྤོན་མེད་  
 གསུངས་ཤིང་།

ཡང་དམིགས་པ་གསལ་བའི་ཕྱིར་གནས་བྱིན་རྒྱལ་ས་སོགས་བྱེད་

ན། ཨྱ ཨེ་མ་ཏྱ་ཡེ་ཤེས་རོལ་བ་ཆེ། །ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་དྲོ་རྩེའི་  
 ཞིང་། །གནས་རྣམས་དྲོ་རྩེའི་པོ་བྲང་ཆེ། །ཀྱུན་བཟང་མཆོད་སྤྱོད་རྒྱ་མཆོ་  
 འབར། །ལོངས་སྤྱོད་འདོད་དགའའི་དཔལ་དང་ལྷན། །བཅུད་རྣམས་དཔལ་པོ་  
 དཔལ་མོ་དངོས། །མ་དག་འཁྱུལ་པའི་མིང་ཡང་མེད། །དག་པ་རབ་འབྱམས་  
 འབའ་ཞིག་གོ །ཞེས་གནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། དེ་ནས་ཆོག་མཁན་རྣམས་  
 རང་མཆོད་བྱིན་རྒྱབས་ལྟར་བསང་སྦྱང་བསྐྱེད་ཅིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། དེ་  
 རྣམས་ཆོག་མཁན་མཆོད་དངོས་གཞི་ནི། ཏྲོ། ཏིང་འཛིན་སྤྲལས་དང་ཕྱག་རྒྱས་  
 བྱིན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོག་མཁན་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་འདི། །ཙྰ་  
 བརྒྱུད་སྒྲ་མའི་ཆོག་མཁན་རྣམས་མཉེས་བྱིར་འབུལ། །ཨྱོ་ཨྱོ་ཨྱོ། འདོད་དགའའི་  
 དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆེ་མ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱ་བྱིན་རྒྱབས་ཆར་ཆེན་དབབ་  
 ཏུ་གསོལ། ། ཏྲོ། ཏིང་འཛིན་སྤྲལས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་  
 མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོག་མཁན་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་འདི། །ཡི་དམ་ལྷ་ཆོག་མཁན་འཁོར་  
 བཅས་མཉེས་བྱིར་འབུལ། །ཨྱོ་ཨྱོ་ཨྱོ། འདོད་དགའའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་  
 ཆེ་མ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱ་དངོས་གྲུབ་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་གསོལ། ། ཏྲོ།  
 ཏིང་འཛིན་སྤྲལས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་  
 ཆོག་མཁན་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་འདི། །དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་ཆོག་མཁན་རྣམས་མཉེས་  
 བྱིར་འབུལ། །ཨྱོ་ཨྱོ་ཨྱོ། འདོད་དགའའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆེ་མ་མཛད་  
 རྒྱུ་ནས། །ཨེ་མ་ཏྱ་དམ་ཆོས་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་གསོལ། ། ཏྲོ། ཏིང་འཛིན་  
 སྤྲལས་དང་ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོག་མཁན་

མཆོད་རྒྱ་མཆོ་འདི། །མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲིང་ཆོག་ས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་  
འབྲུལ། །ཨོྫེ་ཨྲཱ་ཧྲཱ། འདོད་དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆིམ་མཛད་ནས། །ཨེ་  
མ་རྟོ་འཕྱིན་ལས་ཆར་ཆེན་དབབ་ཏུ་གསོལ། ། རྟོ། ཉིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་  
ཕྱག་རྒྱས་བྱིན་བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོག་ས་མཆོད་རྒྱ་མཆོ་  
འདི། །མར་གྱུར་སེམས་ཅན་ཆོག་ས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབྲུལ། །ཨོྫེ་ཨྲཱ་ཧྲཱ།  
འདོད་དགའི་དཔལ་ལ་རོལ་བས་ཆིམ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་རྟོ་འབྲུལ་སྒྲིང་  
སྒྲགས་བསྐལ་ཞི་གྱུར་ཅིག །

དེ་ནས་ལས་ཀྱི་རྩོམ་ཆོག་ས་ཕུད་བཏེག་སྟེ། ༥ ཨེ་མ་རྟོ་ཆོག་ས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་ཆེ། །དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་གཤེགས་ལྷལ་ཏེ། །དངོས་གྲུབ་  
མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་དཔའ་བོ་ཆེ། །རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་སེམས་བོར་ནས། །ཆོག་ས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱན་དུ་རོལ། །ཅེས་བརྗོད་ནས་  
སྟོབ་དཔོན་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་འབྲུལ།

དེ་ནས་སྐྱབ་པ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་རིམ་གྱིས་འབྲུལ། དེ་ནས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་ཆོག་ས་རྩིས་བབྱང་ལ། སྟོབ་དཔོན་ཀྱིས། ཨོྫེ་རྩོམ་གསུམ་དབྱེར་  
མེད་པའི་བདག །རང་ཉིད་ནས། །ཤྲུའག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅི་ཆེ། །རྩྱ་  
བྱང་རྒྱབ་སེམས་ལས་གཡོ་མེད་པར། །ལུས་གནས་སྒྲ་རྣམས་ཆིམ་ཕྱིར་  
རོལ། །ཅེས་བརྗོད་ནས་ཆོག་ས་ལ་ཡོངས་སྒྲིང་ཅིང་། ཨེ་རྟོ་མཁྲ་སྒྲུ་ཁ། ཞེས་  
བརྗོད། ཆོག་ས་འཁོར་ལ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བྱ་  
ཚུལ་ཡོད་པས་དེ་དག་ལ་མ་མཐའ་ཡིད་ཀྱི་མོས་སྟོ་ཅམ་ཀྱི་སྟོན་སྒྲུངས་

ཞིང་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱའོ། །

དེ་ནས་ཆོགས་ལྷག་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་ཟངས་གཞིང་ལ་སོགས་པའི་  
སྟོང་གཙང་མར་བཞག་ལ་ནང་མཆོད་ལྟར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། དམ་ཅན་ཞིང་  
སྟོང་གི་ཆོགས་སྐྱུན་བྲངས་ལ། ཏོ། ཏིང་འཛིན་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱས་གྱིན་  
བརྒྱབས་པའི། །ཟག་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆོགས་ལྷག་རྒྱ་མཚོ་འདི། །དམ་ཅན་  
ཞིང་སྟོང་ཆོགས་རྣམས་མཉེས་ཕྱིར་འབྱུལ། །ཨོྲཱ་ཨྲཱི། འདོད་དགའི་དཔལ་  
ལ་རོལ་པས་ཆིམ་མཛད་ནས། །ཨེ་མ་ཏོ་རྣལ་འབྱོར་འཕྲིན་ལས་ཚུལ་བཞིན་  
སྐྱབས། །ཏོ། ལྷག་མའི་མགོན་རྣམས་འཁོར་བཅས་གྱིས། །ཆོགས་ལྷག་རྒྱ་  
མཚོ་འདི་བཞེས་ལ། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་རྒྱས་པ་དང་། །བསྟན་འཛིན་ཡོན་  
མཆོད་འཁོར་བཅས་དང་། །བྱད་པར་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅག་ལ། །ནད་མེད་ཆེ་  
དང་དབང་ཕྱག་དང་། །དཔལ་དང་གྲགས་དང་སྐལ་བ་བཟང་། །ལོངས་སྟོང་  
རྒྱ་ཆེན་ཀུན་ཐོབ་ཅིང་། །ཞི་དང་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་  
བདག་ལ་སྟོལ། །དམ་ཆོག་ཅན་གྱིས་བདག་ལ་སྐྱུངས། །དངོས་གྲུབ་ཀུན་  
གྱིས་སྟོང་གྲོགས་མཛོད། །དུས་མིན་འཆི་དང་ནད་རྣམས་དང་། །གཏོན་དང་  
བགོགས་རྣམས་མེད་པར་མཛོད། །མི་ལམ་ངན་དང་མཆོན་མ་ངན། །བྱ་བྱེད་  
ངན་པ་མེད་པར་མཛོད། །འཛིག་ཏེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །འབྲུ་རྣམས་  
འཕེལ་ཞིང་ཆོས་འཕེལ་དང་། །བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དང་། །ཡིད་  
ལ་འདོད་པ་ཀུན་འབྱུང་ཤོག །ཅེས་བཛོད། གཞན་ཡང་བསྟོན་པ་དང་སྟོན་ལམ་  
ཅི་རིགས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གསང་བ་ཤེར་དབང་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་པ་  
འབྲུལ་ཚུལ་ནི།

ཡིད་འོང་ལང་ཆོའི་དཔལ་འཛིན་དྲུག་ཅུ་བཞི་ནི། །

འདོད་པའི་སྐྱུ་རྩལ་ལ་མཁས་ལུས་སྤྲུལ། །

ཞིང་སྐྱེས་སྤྲུགས་སྐྱེས་སྤྲུན་སྐྱེས་སྤོ་ཉའི་ཆོག་ས། །

མཛེས་སྤྲུག་སྐྱུ་མའི་ཕྱག་རྒྱ་རྣམས་ཀྱང་འབྲུལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ནི། རང་གི་སྣང་ག་  
ནས་ཞིང་སྐྱེས་དང་སྤྲུགས་སྐྱེས་དང་སྤྲུན་སྐྱེས་ཀྱི་སྤོ་ཉ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་  
པ་སྒོས་སྤྲུལ་ནས་སྤོ་ཞིང་། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་གཙོ་བོར་སྤྲུགས་  
སྐྱེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མའི་རིགས་པར་ཆུ་ཅན་མ། དྲུང་ཅན་མ། སྤང་བོ་ཅན་མ།  
རི་དྲུགས་ཅན་མ་བཞི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤོས། སྤོ་ཉ་མོ་དེ་དག་ཁ་དོག་དང་།  
དབྱིབས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ། ལང་ཆོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་པའི་ཉམས་ཅན།  
ཆགས་པའི་མིག་གིས་བཟླ་ཞིང་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་དུ་མ་དང་། ལྷག་པར་ལྷ་  
ཏིག་གི་རྒྱན་པོ་འཕྱར་བ། ལུ་མ་རྒྱས་ཤིང་འབྱར་ལ་བར་དོག་པ། གོས་ཅུང་  
ཟད་གྲོལ་ཞིང་རོ་སྤྲད་མཛེས་པར་སྤོན་པ། རོ་རྗེའི་སྤྱད་བྱངས་སྤྲུན་པར་སྤོག་  
པ། ལུས་ལས་སྤྲུན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བྱི་བཟང་བྲོ་བ། སྤང་ཅི་ལྷ་བྱའི་རོ་མངར་  
མཆོག་དང་སྤྲུན་པ། དེག་བྱ་འཇམ་པ། རྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུལ་བ། ལྷེ་བ་ཡངས་



ཤིང་གཡས་སུ་འབྲིལ་བ། རོ་སྤང་དང་འདོམས་སྟུག་པ། འགྲོས་དལ་ཞིང་  
 གླེག་པ། འདོད་པའི་སྐྱུ་ཅལ་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་ལ་མཁས་པ། སྐྱུ་མ་མཁན་གྱིས་  
 སྐྱུ་ལ་པའི་བྱད་མེད་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ནམ་མཁའི་  
 ཁམས་གང་བ་སྟོས། དེ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་ཞིང་གི་གཙོ་བོ་ལྷ་མ་ཐུབ་དབང་  
 རྟོ་རྟེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཡུམ་རྟོ་རྟེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་མ་ལ་ཐེམ། དེའི་  
 རྩེན་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱད་པར་  
 ཅན་འབྱུངས་པས་མཉེས་ཤིང་ཆོམ། ཆོགས་ཞིང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྷ་  
 མ་ཐུབ་དབང་རྟོ་རྟེ་འཆང་ཆེན་པོའི་རྣམ་འབྱུང་ཡིན་པས་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་  
 བ་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྒྱུད་ཆོམ་ཞིང་མཉེས་པར་བསམ་མོ། །སྐྱུ་ཅལ་དྲུག་ཅུ་  
 ཅ་བཞི་ནི། སྤྱིར་སྐྱུ་ཅལ་ལ་མང་དུ་ཡོད་ཅིང་། འདུལ་བ་ལུང་ནས་སྐྱུ་ཅལ་  
 དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་གསུངས་པ་ནི། མདའ་འཕེན་པ་དང་། རལ་གྱིའི་འབྱུང་འཁོར་  
 ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་བུའི་ཅལ་གྱི་བྱད་པར་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཡིན་ལ། འདིར་  
 གསུངས་པའི་སྐྱུ་ཅལ་ནི། ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྲིག་ཐབས་ཀྱི་སྐྱུ་  
 ཅལ་བཞུགས་པ་དང་རྣམ་པ་འདྲ་བར་འདོད་པའི་སྐྱུ་ཅལ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྟོ་རྟེ་  
 མཁའ་འགྲོའི་འགྲེལ་པ་ལས། འབྱུང་པ་དང་། འོ་བྱེད་པ་དང་། སོ་འདེབས་  
 པ་དང་། སེན་མོ་འདེབས་པ་དང་། ཡང་དག་པར་བསྐྱོད་པ་དང་། སྤིང་གྱི་  
 སྐྱ་སྐྱོག་པ་དང་། སྐྱེས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱིང་དུ་འདུག་པ་སྟེ་སྐྱུ་ཅལ་  
 ཀྱི་གཙོ་བོ་བརྒྱད། དེ་བརྒྱད་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་བྱད་པར་བརྒྱད་བརྒྱད་དུ་  
 བྲེ་བས་དྲུག་ཅུ་ཅ་བཞི་འོ། །དེ་དག་གིས་ཅིར་འགྱུར་སྟམ་ན་རྣལ་འབྱོར་མ་

རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ་རྩལ་དེའི་མཐུ་ལས་སྐྱབ་པ་པོ་ལ་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་བདེ་ཆེན་ཁྲད་  
 བར་དུ་འཕགས་པ་རྣམས་པ་དུ་མ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལ། ལྟན་སྐྱེས་ཇི་ཙམ་འཕེལ་  
 བ་ཙམ་དུ་སྐྱོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་གནས་ལྷགས་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་འཛིན་སྤངས་ཇི་འཕེལ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ནི་ལྟར་འཕེལ་བ་ཙམ་དུ་  
 འཁོར་བའི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྦྱར་དུ་བཅོམ་ནས་  
 འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཆེས་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་ཕོ་ཉ་ཞེས་བརྗོད་  
 བོ། །སྐྱུ་རྩལ་འདི་དག་དང་ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ནས་བཤའ་པ་རྣམས་  
 རྣམས་པ་དང་མིང་འབྲེལ་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི། རོན་ནི་གཏན་ནས་མི་འབྲསྟེ། ལྷགས་  
 ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ནས་བཤའ་པའི་སྐྱུ་རྩལ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེད་པའི་  
 ཐབས་ཡིན་ལ། འདིར་བཤའ་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་སྟོང་པའི་ཐབས་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ཡང་པར་བྱིན་ཐེག་པར་ནི་རྫོགས་སྟོན་སྤངས་གསུམ་གྱི་རྒྱས་པ་  
 ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པར་ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་ལ་ཆེག་སྦྱིལ་དུ་བྲམ་རུང་ཞིང་།  
 བསོད་ནམས་གསོག་པ་ལ་གཙོ་བོར་འབད་དགོས་ལ། ལྷ་མེད་ཀྱི་ཐེག་པ་  
 འདིར་ནི་ཉོན་མོངས་སྟོང་པ་ལ་ཆེག་སྦྱིལ་བྲས་ཆོག་པའི་སྐབས་ཡོད་དེ། དེ་  
 ཡང་སྟིད་པ་མཐའ་དག་མེ་འབར་བའི་སྟོང་ལྟར་མཐོང་ནས་གཏིང་ནས་ཞེན་  
 པ་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་ལྷགས་བྲག་དང་། མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་ཁྱན་རྣམས་སྟིད་  
 མཆོ་ཉམ་ངར་ལྟར་བ་མཐོང་ནས། དེ་ནས་འདོན་པ་ལ་ཞེན་ཏུ་རིངས་པར་  
 ཆས་པའི་བྲང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལྷགས་བྲག་དང་། མཆོན་འཛིན་གྱི་དམིགས་  
 གཏད་རྩལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་བཞེག་རྒྱས་པའི་ཐབས་མོ་དབྱ་མའི་ལྟ་བ་རྒྱད་

ལ་སྐྱེས་ཤིང་། རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་རིམ་པ་གཉིས་  
པའི་ཡང་དབེན་གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་སུ་བདེ་ཆེན་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱུང་ཆོག་པའི་སྐབས་ཡོད་  
པར་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོ་དང་། ལྷག་པར་རིམ་ལྔའི་དོན་  
འགྲེལ་སྟོན་བསྐྱེད་སྐྱོན་མེད་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ས་ངེས་པ་ཅན་རྒྱུ་བཤད་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། སེམས་དབེན་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
སྐྱེ་བ་ལ་མཛོན་དུ་སྟོགས་པ་ན་འོད་གསལ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
ཆིག་སྒྲིལ་དུ་སྐྱོང་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་གནད་ལ་གོ་བ་མ་  
ཆགས་པར་གསང་སྒྲགས་ལ་འདོད་ཡོན་ལམ་བྱེད་ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་ཆིག་  
ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཆང་དང་ཕྱི་དྲོའི་ཁ་བས་དང་འདོད་པ་སྟོན་པ་  
ལ་བག་མེད་པར་བྱེད་པ་ནི་རང་གིས་རང་ཉིད་བསྐྱེད་ཏེ་ངན་འགྲོ་མི་བཟད་  
པའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་དང་། རྟོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཆད་པ་དྲག་པོས་ཆེ་  
འདྲིར་ཡང་རིམས་དང་གཞོན་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་ཆེ་ཡང་བ་མང་པོས་  
ཐུང་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་རྩ་བ་ལ་གཞོན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་  
སོགས་སྟོན་མཐའ་ཡས་པ་གསུངས་ཏེ། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་བཤད་  
རྒྱུད་དགོངས་པ་ལུང་སྟོན་ལས། །མ་འོངས་དུས་ན་མི་རྣམས་ནི། །འཇིག་  
ཉིན་རྒྱང་འཕེན་མཆོག་གཞོལ་འགྱུར། །ལོག་པར་ལྷ་བ་ལ་གནས་ཏེ། །ཅི་  
དགའ་བར་ཡང་སྟོན་པར་བྱེད། །ལ་ལ་སྐྱུ་དང་གར་ལ་དགའ། །དགོང་དང་  
སྒྲིག་ལ་མཆོག་ཏུ་གཞོལ། །དྲི་དང་ཐེང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་། །དེ་བཞིན་འཐིག་

བ་ལ་དགའ་འགྱུར། །མྱོངས་བ་ལ་ལ་སྒྲུང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་གཉི་ཟུག་ལ་  
 རབ་གཞོལ། །ལ་ལ་དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཞེན། །ཤེས་བ་གཞན་དང་འདོད་  
 བར་འགྱུར། །ཉ་དང་ཉ་དང་དེ་བཞིན་ཆང་། །བཤང་གཅི་ཁུ་བ་ཁྲག་རྣམས་  
 བློ། །སྐྱེས་བུ་སྒྲན་བ་བ་བྱེད་ཅིང་། །མེད་པར་སྐྱ་བ་ཆོས་སུ་སྒྲོག། །མ་དང་  
 སྤིང་མོ་ལ་སོགས་པ། །བཏོད་མིན་ལ་ནི་བཏོད་བ་དང་། །པ་དང་མ་ཡང་  
 གསོད་བ་དང་། །དེ་བཞིན་སྒོག་ཆགས་གཞན་རྣམས་གསོད། །བརྩུན་གྱི་  
 ཆིག་ཉིད་སྐྱ་བ་དང་། །ཁུང་པར་དུ་ཡང་བརྒྱ་བ་དང་། །གཞན་གྱི་ཚུང་མའི་  
 ཐད་འགྲོ་ཞིང་། །སྒྲུང་བ་གཞན་ཡང་བྱེད་པར་འགྱུར། །ལ་ལ་དམ་ཆོས་སྤོང་  
 བ་དང་། །དེ་བཞིན་མཆོམས་མེད་བྱེད་བ་སྟེ། །སྐྱ་ཆོགས་སྒྲིག་བ་བྱས་ནས་  
 གྲུང་། །སྒྲགས་བ་དངོས་གྲུབ་འདོད་པར་འགྱུར། །ཞེས་ད་ལྟའི་དུས་སྒྲགས་  
 ལ་སྒྲུང་བཏགས་ནས་འདོད་ཡོན་ལ་བག་མེད་དུ་སྒྲོད་བ་དང་། །སྟག་པར་  
 འཁྲིག་བ་ལ་དགའ་བ་དང་། །དག་པོའི་ལས་ཀྱིས་སྐྱེ་བོ་གཞན་ལ་གཞོད་འཆེ་  
 བྱེད་བ་དང་། །ཆང་དང་བྱི་དྲོའི་ཁ་བས་ལ་འཛེམ་མེད་དུ་སྒྲོད་བ་དང་། །ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་འབྲུལ་སྒྲུང་ཡིན་ཞེས་ཆད་ལྟ་འཛིན་བ་སོགས་སྟེ་སྒྲོད་ངན་བ་རི་  
 ལྟར་ཡོད་བ་འདི་རྣམས་གསལ་བར་ལུང་བསྟན་ཏོ། །གཞན་ཡང་སྒྲོད་བ་ངན་  
 བ་སྐྱ་ཆོགས་ད་ལྟའི་དུས་ན་སྒྲུང་བ་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ལུང་བསྟན་ཅིང་སྒྲགས་  
 ལ་སྒྲུང་བཏགས་ནས་ཅིང་སྒྲོད་བྱས་པས་འདི་བྱི་གཉིས་ཀར་ལུང་པའི་ཚུལ་  
 ཡང་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། །གཟེར་ནད་དུག་དང་སྦྱར་བའི་དུག །སྐྱ་ཆོགས་ནད་  
 བློ་མི་བཟད་པ། །འདི་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཟེར་གྱུར་ནས། །ཞི་བ་ཉིད་ནི་འདོད་



པར་འགྱུར། །འདོར་བར་བྱེད་པ་ཚོངས་པ་དེ། །མི་བཟད་སྡིག་པ་བྱས་པ་  
 དང་། །ལོག་པར་སྟེ་ལ་མཆོག་གཞིལ་རྣམས། །ངན་སོང་གསུམ་དུ་འགྲོ་བར་  
 འགྱུར། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས། །གསང་བ་གྲུབ་པ་ལས་ཀྱང་། དེ་ཉིད་  
 རིན་ཆེན་རྣམ་དག་བདག་། ཚོད་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་སྤངས་པ། །ཐབས་བཟང་  
 པོ་ནི་རྣམ་སྤངས་ནས། །འགལ་བའི་དམ་ཆོག་ལ་སོགས་ལ། །གཞན་དུ་གང་  
 ཞིག་སྐྱབ་གྱུར་པ། །དེ་ནི་དུ་འཁོད་སོགས་པར་འཆོད། །རི་ལྟར་མེ་ནི་འབར་  
 གྱུར་པ། །དེར་ནི་རྩ་ཤིང་ཕྱང་པོ་དག་། །བཅུག་ན་ཐལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །སྟེ་  
 གུ་སོགས་པའང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དེ་ཉིད་མེད་བཞིན་དུ། །རྡོ་  
 མཚར་ཆེ་བ་ལྟར་བྱེད་པ། །རི་སྡིད་ནམ་མཁའ་གནས་བར་དུ། །ཤི་བའི་འོག་  
 ཏུ་དམྱལ་བར་འགྲོ། །རི་ལྟར་འགའ་ཞིག་སྐྱལ་གདུག་ལ། །སྤོང་དང་སྤྲུགས་  
 སོགས་མི་ལྟན་པར། །ཚོངས་པ་བདག་ཉིད་གང་ཅེ་བ། །གཤེན་རྗེའི་གནས་  
 འགྲོ་འདོད་པ་ཡིན། །རི་ལྟར་མཐའ་མེད་རྒྱ་མཚོ་ལ། །བྱ་མང་གཞན་ཞིག་  
 འཇུག་འགྱུར་བ། །ཐབས་དང་རྟེན་མེད་གྱུར་ནས་ནི། །སྤྲད་ཅིག་གིས་ནི་འཆི་  
 བར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་ང་ཡི་མཐའ་ཅན་རྒྱུད། །ཡང་དག་རབ་སྦྱིན་སྤངས་  
 གྱུར་པ། །སྤྲད་ཅིང་དམན་པའི་ལས་རྣམས་ནི། །བྱས་ནས་མནར་མེད་འགྲོ་  
 བར་འགྱུར། །ཞེས་སྤྲུགས་ལ་སྟོན་བཏགས་ནས་ཆང་དང་ཕྱི་རྩོའི་ཁ་ཐས་  
 དང་འབྲིག་པ་སོགས་ལ་བག་མེད་དུ་སྦྱོད་པ་ནི་རྣམ་མཁའ་མ་བཟད་ཀྱི་བར་  
 ཏུ་དམྱལ་བར་གནས་དགོས་པ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་རྣམ་སྡིན་  
 ཆེ་བར་གསུངས་སོ། །པོ་ཉ་མོ་དེ་དག་གི་ལུས་དང་དབྱིབས་ཀྱི་རྟགས་དང་།



གང་དུ་འབྱུང་བའི་གནས་དང་། བྱེད་ལས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། མཆོན་ཉིད་རི་ལྟ་  
བུ་དང་ལྷན་པ་སོཾ་ཁྱད་པར་ཞིབ་པར་བདེ་མཆོག་ཅ་རྒྱུད་དང་། དེའི་བཤའ་  
རྒྱུད་སྒྲོམ་འབྱུང་དང་། རྟོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་སོགས་ལས་གསལ་བར་གསུངས་  
ཤིང་། འདུས་པ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་  
དང་། འཕགས་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་བསྟུས་སྟོན་མེ་སོགས་ལས་འབྱུང་ངོ་།།

བཞི་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆིག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བའི་  
མཆོད་པ་འབུལ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲིབ་བྲལ་ལྷན་སྒྲེས་བདེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །

ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་སྒྲོས་དང་བྲལ་བའི་དབྱིངས། །

དབྱེར་མེད་ལྷན་གྲུབ་སྒྲ་བསམ་བརྗོད་ལས་འདས། །

དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་སེམས་མཆོག་ཁྱོད་ལ་འབུལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒར་ཕུལ་བའི་པོ་ཉ་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་དག་གི་མཐུ་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་བྲལ་ལྷན་ཅིག་  
སྒྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་དབྱེར་མེ་བྱེད་པ་སྒྲ་  
ན་མེད་པའི་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་འཁྱུངས་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པས་  
ཐུགས་རྒྱུད་ཆིམ་པར་བསམས་ཤིང་། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་

ལས་ནམ་ཡང་གཡོ་བ་མེད་པ་དང་། སྒྲུབ་མཆོག་གས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་  
 དང་བྱིན་རྒྱལ་ས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་མཐུས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟ་  
 བུའི་ལྟ་སྒྲུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་བར་ཅན་ དང་། ཟུང་འཇུག་གི་སྐྱོ་ཐོབ་པའི་  
 མོས་པ་བརྟན་པོ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ནང་མཆོད་དང་། གསང་བའི་མཆོད་པ་དང་།  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་འབྲུལ་ཚུལ་དེ་རྣམས་ནི། དཔལ་གསང་བ་འདུས་  
 པའི་ཅ་རྒྱུད་ལས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་ཤིང་། ལྟག་པར་སྒྲུབ་མཆོག་གས་  
 མཆོད་པའི་ལེ་བྱ་བ་རྒྱུད་པར། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟ་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ལ་  
 མཆོད་པ་རྒྱ་མཚོ་བརྩམ། །རིན་ཆེན་ན་བཟའ་ལ་སོགས་པས། །བྱང་ཆུབ་  
 འདོད་པས་ཏྲག་ཏུ་མཆོད། །མཆོད་པ་རྣམས་ལྟ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས། །ཏྲག་ཏུ་ལྟ་  
 རྣམས་མཉེས་པར་བྱ། །རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ན་ཆུང་མཆོག་ །རིན་ཆེན་སྒྲ་  
 ཆོག་མཆོག་གིས་བརྒྱན། །སྐྱབ་ཆེ་རབ་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །སངས་རྒྱས་  
 ཀུན་ལ་དབུལ་བར་བྱ། །ཞེས་སྒྱུར་མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཆོད་དགོས་  
 པ་དང་། ལྟག་པར་པོ་ཉིད་མཆོད་པ་འབྲུལ་དགོས་པར་གསལ་བར་གསུངས།  
 འདིར་སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་དབུལ་བར་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲུབ་མཆོད་པ་ལ་འབྲུལ་བའི་དོན་ཡིན་པར་འགྲེལ་བར་གསུངས་ཏེ།  
 ཚུལ་འདི་ལེགས་པར་བསམས་ན་སྒྲུབ་མཆོད་རྣམས་འགྱུར་ལ་ངེས་པ་ཆེན་པོ་སྟེར་  
 རོ། །ནང་མཆོད་འབྲུལ་ཚུལ་ཅ་རྒྱུད་ལེ་བྱ་བ་ཞི་བར་གསུངས་པ་སྤར་བྱངས་  
 ཟེན་ཅིང་། གསང་མཆོད་འབྲུལ་བའི་ཆེ་ཡབ་ཡུམ་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་  
 རབ་ལས་རྒྱལ་བ་ཡབ་ཡུམ་ནམ་མཁའི་ཁམས་གང་བ་སྟོས། དེ་དག་སྟོམས་

པར་ཞུགས་པས་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བདེ་བས་སྤྲུགས་ཆེ་མས་ཤིང་གསང་བ་  
 དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པས་མཉེས་པར་བསམ་དགོས་པ་ཅ་རྒྱུ་ལེ་ཅུ་  
 བཞི་པར། སངས་རྒྱས་ཞི་བའི་གནས་སྤྱོད་པས། །ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནི་  
 རབ་ཏུ་བརྒྱན། །ཅེས་དང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་དང་། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་གྲགས་ཆེན་མཉེས། །ཞེས་པས་བསྟན་པར་གསུངས་ལ།  
 བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེང་བ་ལས་ཀྱང་། ལུས་ལྷ་ལོ་ནི་བཅུ་དྲུག་ལོན། །གཟུགས་  
 དང་སྐལ་པ་དག་གིས་བརྒྱན། །སྤྱོད་བསངས་མིག་ནི་ཡངས་པ་དང་། །སྤྱིང་  
 རྗེའི་བསམ་ལྷན་ཡང་དག་པོས། །དག་སྟན་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་དང་། །རྣལ་  
 འབྱོར་རྒྱུ་ལ་ལྷག་པར་མོས། །ཞེས་སོགས་པོ་ཉའི་མཆོན་ཉིད་དང་རྣམ་  
 གངས་མང་དུ་གསུངས་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་པོ་ཉ་མོ་དེ་དག་སྒྲ་མ་དོན་རྗེ་འཆང་ལ་  
 འབྲུལ་བའི་མོས་པ་བྱ་དགོས་པ་ནི། སྒྲ་མ་ལ་ནི་དབྲུལ་བར་བྱ། །ཞེས་གསལ་  
 བར་གསུངས། འདི་དག་ཀྱང་མཆོན་བྱེད་ཅམ་སྤྱོད་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 རྒྱུ་མཐའ་དག་ནས་ལན་ཅིག་མིན་པར་གསུངས་སོ། །སྤྱི་ནང་གསང་བ་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་བཞི་པོ་དེའི་གནད་མཐའ་དག་པར་རྟོགས་པ་ལ། དང་  
 པོར་དབང་གི་དུས་སུ་སྐྱབ་བཞིའི་ས་པོན་རི་ལྟར་བཞག་ལུགས་དང་། ལམ་  
 གང་དང་གང་ལ་དབང་བར་བྱས་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་དབང་རང་རང་  
 གི་དམ་ཆེག་ཐུན་མོང་མིན་པ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་རྣམས་ཤེས་པ་དང་། དེ་ནས་  
 ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་ཡང་དབང་བཞིའི་དོན་ལས་མི་འདའ་བར་བྱམ་  
 དབང་གི་ལམ་བསྐྱེད་རིམ་ནས་བཟུང་དབང་བཞི་པའི་ལམ་རིམ་པ་ལྟ་བུའི་

ཟུང་འདུག་གི་བར་རི་ལྟར་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་  
ཤེས་ན་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པའི་སྟོན་རྒྱུ་དོ་རྩེ་འཆང་རྩེ་བཙུན་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མན་ངག་དོ་རྩེའི་ཆོག་འདི་དག་ལ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་  
ཡིད་ཆེས་སྙེད་ནས་གདམས་པའི་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཞིག་འོང་ངོ་།།

## ལྷ་པ་སྟོན་དང་བདག་ཉིད་བློ་དུ་འབྱུང་བ་ནི།

༥ ཉོན་མོངས་བཞི་བརྒྱ་ཅ་བཞིའི་ནད་འཛོམས་པའི། །

བཟང་པོའི་སྟོན་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་ཆོགས་དང་། །

ཁྱོད་མཉེས་བགྱིད་ཕྱིར་བདག་བློ་དུ་འབྱུང་ལགས་ན། །

ནམ་མཁའ་རི་སྤྱོད་འབངས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། སེམས་ཅན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་དཀར་པོའི་ལས་ལས་  
གྲུབ་པའི་ནད་སེལ་བའི་སྟོན་གྱི་བྱེད་པར་རི་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་།  
སྟག་པར་བདག་ཉིད་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་བློ་དུ་འབྱུང་བ་  
ནི། བཤད་རྒྱུ་དོ་རྩེ་བྱེད་བ་ལས། གསེར་དང་རིན་ཆེན་གོས་དང་ནི། །མེ་  
ཏོག་བྱེད་བ་སྒྲ་ཆོགས་པས། །མཆོད་ནས་སྒྲ་མའི་མདུན་འདུག་ནས། །སྒྲོ་བ་  
མ་ཡིས་ནི་འདི་སྐད་བཛོད། །དེང་ནས་བརྩམས་ཏེ་བདག་བློ་དུ། །གཙོ་  
བོས་བདག་ནི་མཆོད་པར་བཞེས། །དེ་ལྟར་རྣམ་པས་མཉེས་ནས་ནི། །བདག་

ཉིད་ཀྱན་གྱིས་སྒྲ་མ་མཆོད། །སྒྲ་མའི་ངོ་བོ་རྫོ་རྩེ་འཆང་། །དེ་སྤྱིར་ཡང་དག་  
 སྒྲ་མ་མཆོད། །ཅེས་སྤྱིར་སྒྲ་མ་མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མཆོད་དགོས་  
 པ་དང་། ལྷག་པར་རང་ཉིད་བློ་དུ་འབྱུང་པ་གསལ་བར་གསུངས། བདེ་  
 མཆོག་ཙ་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། གསེར་ནི་བརྒྱ་སྟོང་དབྱེ་པ་དང་། །རིན་ཆེན་  
 རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་གས་དང་། །རས་ནི་བྱང་གྱུར་བརྒྱ་ཉིད་དང་། །སྒྲང་པོ་རྟ་དང་  
 ཡུལ་འཁོར་དང་། །རྩ་རྒྱན་ནམ་ནི་གདུ་བྱ་དང་། །མགྲུལ་རྒྱན་སོར་གདུབ་  
 དམ་པ་དང་། །གསེར་ལས་བྱས་པའི་མཆོད་སྤྱིར་ཐོགས། །ཆུང་མ་བཟང་  
 དང་བྱ་མོ་ཉིད། །བློ་པོ་བློ་མོ་སྤྱིར་མོ་རྣམས། །བྲུག་འཆའ་ནས་ནི་དབྱེ་  
 བར་བྱ། །སྒྲོ་བ་མས་རི་སྐད་གསུངས་པ་བཞིན། །སྒྲོ་དང་ལྷན་པས་སྒྲ་མ་ལ། །  
 བདག་ཉིད་དངོས་པོ་ཀྱན་གྱིས་ནི། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་དབྱེ་པར་བྱ། །དེར་ནས་  
 བརྩམས་ཏེ་བློ་དུ་བདག་ བྱེད་ལ་བདག་ཉིད་དབྱེ་པ་ལགས། །ཞེས་སྤྱིར་  
 དབང་བསྐྱར་བའི་སྒྲ་མ་ལ་མཆོད་པ་དང་། ལྷག་པར་རང་ཉིད་བློ་དུ་འབྱུང་  
 ཚུལ་གོང་ལྟར་གསུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་མ་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་མང་  
 པོར་ཡང་གསུངས་སོ། །

རྒྱུད་སྤེལ་ལ་རྣམས་དང་མདོ་སྤེལ་རྣམས་ལས་ཀྱང་མང་དུ་གསུངས་  
 ཞིང་རང་ཉིད་བློ་དུ་འབྱུང་བའི་གནད་ནི། སྤྱོད་འཇུག་ལས། རྒྱལ་དང་དེ་  
 སྤྱིར་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི། །བདག་གི་ལུས་ཀྱན་གཏན་དུ་དབྱེ་པར་  
 བཞི། །སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་ནི་ཡོངས་བཞེས་ཤིག །གྲུས་  
 པས་བྱེད་ཀྱི་འབངས་སུ་མཆི་བར་བཞི། །བདག་ནི་བྱེད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་



བཟུང་བས་ན། །སྤྱིད་ན་མི་འཇིགས་སེམས་ཅན་པན་པར་བགྱི། །སྒྲོན་གྱི་  
 སྒྲིག་ལས་ཡང་དག་འདའ་བགྱིད་ཅིང་། །སྒྲིག་པ་གཞན་ཡང་སྒྲན་ཆད་མི་  
 བགྱིད་དོ། །ཞེས་དང་། བདེ་མཆོག་གི་སྐྱབ་ཐབས་ལས། བསྐྱོད་དཀའ་སྤྱིད་  
 པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས། །བདག་གིས་འགྲོ་རྣམས་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར། །རང་གི་  
 བདག་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་མ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་དབུལ་བར་བགྱི། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཉིད་ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་བྱན་དུ་ཕུལ་བ་ནི་རང་ལ་རང་  
 དབང་མེད་ཀྱི། ཅི་བྱེད་ལྷ་མ་ལྟའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་  
 ལ། ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལས་དོན་གཞན་མཛད་  
 དུ་མེད་པས། ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པའི་ཁུར་ཁྱེར་ཏེ་རང་ཉིད་ཉོན་  
 མོངས་པའི་སྒྲོད་པའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མ་སོང་བར་འཁོར་བ་མ་སྒྲོངས་  
 བར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་སྒྲོ་ངལ་ནམ་ཡང་མེད་པའི་བསམ་པ་བརྟན་པོ་  
 དགོས་སོ། །དམ་ཆོག་གསུམ་བཞེད་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བདག་ཉིད་འབུལ་བ་ནི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པའི་གནད་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །ཉོན་མོངས་བཞི་  
 བརྒྱ་རྩ་བཞིའི་ནད་ཅེས་པའི་དོན་ནི། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་འདུས་ནད་དེ་རྩ་  
 བའི་ནད་བཞི། དེ་རེ་རེ་ལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་བརྒྱར་ཕྱེ་བས་ནད་བཞི་བརྒྱ་རྩ་  
 བཞི། རད་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལས་ངན་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི། ལས་དེ་གསོག་  
 པར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི། ལས་དེ་གསོས་བཏབ་ནས་ནད་  
 དེ་དངོས་སུ་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི་ཡོད་  
 པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོག་ས་ལ་སྤྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་  
 དང་། རང་གི་ལུས་ཀྱང་བྱ་དུ་འབྱུང་བ་ནི་རྒྱུད་སྡེ་ནམས་ནས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། རྒྱུད་དོན་བསྐྱུས་པ་ལྟ་བུ་པ་ལས། དངོས་གྲུབ་སློབ་དཔོན་རྗེས་འབྲང་  
 ཞེས། །རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་ཉིད་གསུང་པར། །ཤེས་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས། །སྒྲ་མ་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱ། །མི་བད་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ཡིས། །ཅུང་  
 བད་ཡིད་འོང་གང་དང་གང་། །ཤིན་ཏུ་བྱད་པར་གྱུར་པ་ཉིད། །དེ་དང་དེ་ནི་  
 སྒྲ་མར་དབྱེ། །དེ་གྱིན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ། །རྟག་ཏུ་གྱིན་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། །དེ་ལྟར་བསོད་ནམས་ཆོག་ས་ཡིན་ཏེ། །ཆོག་ས་ལས་དངོས་གྲུབ་  
 མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་གསུངས་ཤིང་། གསང་བ་གྲུབ་  
 པར་ཡང་། དངོས་པོ་ཀྱན་གྱིས་སློབ་དཔོན་ལ། །རི་སྤྱི་མཉེས་པར་གྱུར་བར་  
 དུ། །ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་རུ། །དུས་ནི་རིང་པོ་མཉེས་བྱེད་པའི། །སློབ་  
 མ་ཤིན་ཏུ་བྱི་མེད་པའི། །དེ་ཉིད་ཡང་དག་རབ་སྦྱིན་གནས། །སྒྲ་མའི་ཞབས་  
 ཀྱི་བཀའ་བྱིན་གྱིས། །དེ་ནས་བགོགས་མེད་འཕྲོག་འགྱུར་བ། །ཞེས་དང་།  
 ཐབས་ཤེས་གྲུབ་པ་ལས་ཀྱང་། །ཤིན་ཏུ་གྲུས་པས་དུས་གསུམ་དུ། །ཞབས་ལ་  
 སྦྱི་བོས་ཕྱག་བྲས་ཤིང་། །རང་གི་ལུས་ལའང་སྟོས་མེད་པར། །མཇུག་སྟོན་  
 འགྲོ་མཆོད་པ་བྱ། །དེ་ནས་སྒྲ་མའི་བཀའ་བྱིན་གྱིས། །དུས་གསུམ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི། །དེ་ཉིད་དམ་པ་བགོགས་མེད་པར། །སློབ་མ་ཡིས་  
 ནི་འཕྲོག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མཐའ་དག་  
 ནས་སྒྲ་མ་ལ་མཆོད་པ་འབྱུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྲས་ན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་

གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱུར་དུ་འཐོབ་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་མཆོམས་འདིར་བྱང་སྒྲོམ་དང་སྒྲུགས་སྒྲོམ་འཛིན་པར་གསུང་  
 བས། དེའི་ཚུལ་ནི། སྒྲུབ་སྒྲོམ་ཆོགས་རྣམས་གསལ་བར་དམིགས་ལ་སྐྱབས་  
 འགྲོ་བྱུང་མོང་མིན་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་སྒྲོན་པ་དམ་བཅའ་ཅན་དང་འཇུག་  
 སྒྲོམ་ལེན་པ་ནི། སྒྲུབ་སྐྱུར་དབང་དོན་མཆོད་པོས་གསུངས་པ་ལ་རང་  
 གིས་རྗེས་སྒྲོས་བྱས་པར་མོས་ནས། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བདག་སྐྱབས་  
 མཆི། །སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་བཞགས། །འགྲོ་བའི་དགོ་ལ་རྗེས་ཡི་  
 རང་། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ཀྱིས་གཟུང་། །ཞེས་པ་ལན་གསུམ་བརྗོད་  
 རྣམ་གསུམ་པ་རྗོགས་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པའི་མོས་པ་བྱ། འདི་འདྲ་  
 བས་བྱང་སྒྲོམ་སྐྱུར་མེད་གསར་དུ་མི་ཐོབ་བྱང་། སྐྱུར་ཐོབ་པ་དེ་ཉིད་གོང་  
 འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་གསུང་། སྒྲོམ་པ་ལེན་ཚུལ་འདི་ནི་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་  
 པ་ལྟར། མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ལྷོ་པ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་བླ་ཡ་ཀར་སོགས་  
 གྲུབ་ཆེན་མང་པོས་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་ཐོག་མར་སྒྲོན་སེམས་དང་འཇུག་  
 སྒྲོམ་ལེན་པའི་ཆེ་ཆོག་འདི་དག་གི་སྒྲོ་ནས་ལེན་པར་གསུང་། རོ་རྗེ་གྱུར་  
 ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོར་སྒྲོན་འཇུག་འཛིན་  
 པའི་ཆོག་རྒྱས་བསྐྱས་སྒྲོ་ཆོགས་གསུངས་པས་ཆོག་འདི་ཁོ་ནར་མཐའ་  
 གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་ལ། འདིར་མཛད་པ་འདི་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་བླ་ཡ་ཀར་འདི་  
 དགོངས་པ་ལྟར། ལམ་ལ་སྐྱུངས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་དབང་པོ་རྣོན་པོ་དག་

གི་ལེན་ཚུལ་ཡིན་པས། སྐབས་འགྲོ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་  
 ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སོ་སོའི་དམིགས་རྣམ་གསལ་བཏབ་  
 ལ། རི་སྤྱིད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར་དུ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་སྐབས་གསུམ་རྣམ་  
 ཡང་མི་གཏོང་བའི་དམ་བཅའ་དང་། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་  
 གཅིག་ཕུ་ལྟ་བུར་བལྟ་བའི་བྱམས་པ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་  
 ར་ཉམ་ཐག་པ་ཤས་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་ཤུགས་དྲག་བསྐྱེད་ལ་བྱམས་སྤྱིང་  
 རྩེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཆོན་གྱིས་ཕུལ་ནས་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་  
 བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུས་བསྐྱེད་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་བྱ། དེའི་  
 ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་འདི་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་  
 ཀྱི་བར་དུ་གཏང་བར་མི་བྱའོ་སྙམ་དུ་སློན་པ་དམ་བཅའ་ཅན་དང་། སློན་པའི་  
 སེམས་དེས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་རྒྱས་སྤྱིང་ཕུ་ལྟ་བུར་མཐའ་དག་ལ་ཚུལ་  
 བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་འཇུག་སྒྲུལ་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་སྤྲུགས་སྒྲུལ་གཟུང་བ་ནི། ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཁྱེན་  
 པར་གསོལ་ཏེ། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན། །བདག་ལ་  
 དགོངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། །བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ནི། །དུས་  
 འདི་ནས་ནི་བཟུང་ནས་ནི། །བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། །རི་ལྟར་  
 དུས་གསུམ་མགོན་པོ་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་ངེས་མཛད་པའི། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་ནི་ལྷ་ན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྐྱེད་པར་བགྱི། །ཚུལ་ཁྲིམས་



གྱི་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་། །དག་བའི་ཆོས་ནི་སྤྱད་པ་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
 ཚུལ་བྲིམས་གསུམ། །སོ་སོར་བརྟན་པོར་བདག་གིས་གཟུང་། །སངས་རྒྱས་  
 ཆོས་དང་དག་འདུན་ཏེ། །སྒྲ་ན་མེད་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ། །སངས་  
 རྒྱས་རྣལ་འབྱོར་ལས་སྦྱེས་པའི། །སྟོམ་པ་དེང་ནས་བདག་གིས་གཟུང་། །རྩོ་  
 རྩེ་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ཡི། །རྩོ་རྩེ་བེལ་བྱ་བྱག་རྒྱ་ཡང་། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་  
 གཟུང་བར་བགྱི། །སྟོབ་དཔོན་དག་ཀྱང་གཟུང་བར་བགྱི། །རིན་ཆེན་རིགས་  
 མཆོག་ཆེན་པོ་ཡི། །དམ་ཆོག་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ། །ཉིན་རེ་བཞིན་ནི་དུས་བྱག་  
 ཏུ། །སྦྱིན་པ་རྣམས་བཞི་ཏྲག་ཏུ་སྦྱིན། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལས་བྱང་བའི། །བསྐྱའི་  
 རིགས་ཆེན་དག་པ་ལ། །བྱི་དང་གསང་བ་ཐེག་པ་གསུམ། །དམ་ཆོས་སོ་  
 སོར་གཟུང་བར་བགྱི། །ལས་ཀྱི་རིགས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ། །སྟོམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལྡན་པར་ནི། །ཡང་དག་ཉིད་དུ་སོ་སོར་གཟུང་། །མཆོད་པའི་ལས་ནི་  
 ཅི་རུས་བགྱི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་སྒྲ་ན་མེད། །དམ་པ་བདག་གིས་བསྦྱེད་  
 བར་བགྱི། །སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་དོན་གྱི་བྱིར། །བདག་གིས་སྟོམ་པ་མ་ལུས་  
 གཟུང་། །མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བདག་གིས་བསྐྱལ། །མ་གྲོལ་བ་རྣམས་བདག་  
 གིས་དགྲོལ། །དབྱུགས་མ་བྱིན་པ་དབྱུགས་དབྱུང་ཞིང་། །སེམས་ཅན་སྤྱ་  
 ངན་བསྐྱས་ལ་འགོད། །ཅེས་པ་ལན་གསུམ་བཟོད་ཅིང་། །གསུམ་པ་རྩོགས་  
 པ་དང་མཉམ་དུ་སྤྲགས་སྟོམ་བྱེད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །དེ་ཡང་  
 སྤྲགས་ཀྱི་སྟོམ་པའི་རྟེན་དུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་རྣམས་པར་དག་པ་དང་ལྡན་  
 པ་དགོས་པས། །རི་ལྟར་དུས་གསུམ་ཞེས་སོགས་ཆོག་རྟེན་བཞིས་སྤྲགས་



སྒྲོམ་གྱི་ཡན་ལག་དུ་སྒྲོན་འཇུག་གཉིས་འཛིན་ཚུ་ལ་སྒྲོན་ཏེ། གོང་དུ་བཤད་  
 ཟེན་པ་ལྟར་སྒྲོན་པ་དང་འཇུག་པའི་སེམས་གསལ་བཏབ་ལ། དུས་གསུམ་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ཡིན་པས་བདག་གིས་  
 གྲང་སྒྲོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བྱང་  
 ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་ངོ་སྟམ་པའི་འདུན་པ་ལྷགས་དག་  
 བསྐྱེད་ལ་སྒྲོན་སེམས་དང་འཇུག་སྒྲོམ་སྤང་བར་མོས། དེ་ལྟར་སྒྲོན་འཇུག་  
 ལེན་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་རིགས་ལྷ་སྤྱི་དང་སོ་སོའི་དམ་ཆིག་དང་སྒྲོམ་པ་  
 རྣམས་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་གཏོང་བར་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་བར་  
 ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལའང་ཆིག་ཙམ་གྱི་རྗེས་སྒྲོས་ཀྱིས་མི་ཆོག་གོ།  
 གང་ཁས་ལེན་རྒྱུའི་དམ་ཆིག་དང་སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དེ་  
 དང་དེ་ལ་དམིགས་ལྷག་པའི་འདུན་པ་དག་པོ་བསྐྱེད་ནས་རྗེ་ལྟར་བཅས་པ་  
 ལྟར་བསྐྱེད་བར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་རིགས་ལྷ་སོ་སོའི་དམ་ཆིག་ནི། རྣམ་སྤང་གི་རིགས་ལ་ཚུ་ལ་  
 བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་སྒྲོབ་པ་དང་། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 འགོ་བ་སྟེ། དམ་ཆིག་དུག་པོ་དེ་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་གཏོང་བར་  
 འཛིན་ཅིང་དེ་ལྟར་དུ་ཁས་ལེན་པའོ། །མི་བསྐྱེད་པའི་རིགས་ལ། རྗེ་རྗེའི་དམ་  
 ཆིག་ །དྲིལ་བུའི་དམ་ཆིག་ །ལྷག་རྒྱུའི་དམ་ཆིག་ །སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དམ་ཆིག་སྟེ་  
 བཞི། རིན་འབྱུང་གི་རིགས་ལ་ཟང་ཟང་གི་སྦྱིན་པ། མི་འཛིགས་པའི་སྦྱིན་པ།  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། བྱམས་པའི་སྦྱིན་པ་བཞི་ལ་དུས་དུག་ལ་སྒྲོབ་པ་སྟེ་དམ་

ཆིག་བཞི། འོད་དཔག་མེད་གྱི་རིགས་ལ་སྤྱི་བྱ་སྤྱོད། གསང་བ་རྣལ་འབྱོར་  
རྒྱུ་དང་སྒྲ་མེད། ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་དམ་ཆོས་རྣམས་འཛིན་  
པ་སྟེ་དམ་ཆིག་གསུམ། མདོར་ན་ཐེག་པ་གསུམ་དང་རྒྱུ་སྤྱི་བཞིའི་ཆོས་  
མཐའ་དག་འཛིན་པའོ། །དོན་གྲུབ་གྱི་རིགས་ལ་སྤྱོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་  
མཐའ་དག་བསྐྱང་བ་དང་། མཆོད་པའི་དམ་ཆིག་སྟེ་གཉིས། དེ་ལྟར་སོ་སོར་  
དབྱེ་ན་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། སྤྱོམ་གྱི་བསྐྱས་པ་ལ་དམ་ཆིག་བཅུ་དགུ་ །རིགས་  
ལྔ་སྤྱིའི་དམ་ཆིག་ལ། བཟའ་བའི་དམ་ཆིག་ །བསྐྱང་བའི་དམ་ཆིག་ །བསྟེན་  
པའི་དམ་ཆིག་རྣམས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དམ་ཆིག་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྟོག་དང་  
བསྟོས་ཏེ་བསྐྱང་བར་ཁས་ལེན་པའོ། །དེ་དག་སོ་སོར་ཞིབ་ཏུ་བཀྲལ་ན་ཡི་  
གོ་ཤིན་ཏུ་མང་པོར་འགྱུར་བས་གྲི་མ་རྒྱས་སོ། །འདིར་སྒྲགས་སྤྱོམ་སྒྲར་མེད་  
གསང་དུ་མི་ཐོབ་ཀྱང་ཐོབ་ཟེན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་  
ཁྱད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་སྒྲ་མ་ལྔ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་དོན་ནི་སེམས་  
ཅན་འཁོར་བའི་གནས་ནས་འདོན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། སེམས་ཅན་  
གཅིག་འཁོར་བའི་གནས་ནས་གྲེན་དུ་སྟོགས་ནའང་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་  
པར་འགྱུར་པ་ལ། རང་ཉིད་འཁོར་བའི་གནས་ནས་ཐར་བར་བྱེད་པ་ཅུ་དུ་  
མ་ཟད་ནམ་མཁའི་མཐའ་ཁྱབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་གནས་  
ལས་བདག་གཅིག་དུས་བསྐྱལ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཞེ་ཐག་པ་ནས་དམ་བཅའ་  
ཞིང་། ཇི་ལྟར་དམ་བཅས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྒྱུར་དུ་འཛང་རྒྱ་

བའི་ཐབས་སུ་སྤྲོ་མེད་གྱི་དམ་ཆོག་དང་སྡོམ་པ་རྣམས་བསྐྱུང་བར་ཁས་  
 སྐྱེས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལས་མཉེས་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡོད། དེས་ན་  
 བཀའ་བཞིན་དུ་སྦྱབ་པ་མཆོད་པའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །རིགས་ལྔའི་སྡོམ་  
 གཟུང་གི་ཆོག་འདི་ནི་རྒྱུད་དོ་རྗེ་ཅེ་མོ་དང་། དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་དང་། སི་བྱུ་  
 ར་སོགས་ལས་གསུངས་ཤིང་གཙོ་བོར་དགྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱུར་བའི་  
 ཆེ་འཛིན་ཚུལ་ཡིན་ཡང་། སྤྲོ་མ་དང་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྣ་ཆོགས་མཆོད་པའི་  
 ཆེ་ཡང་འཛིན་པར་ཨ་བ་ཏར་སོགས་བྱུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་ལས་བཤའ་ཅིང་།  
 རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་སྦྱབ་ཐབས་དང་  
 དགྱིལ་ཆོག་རྣམས་སུའང་སྤྲོ་མ་དང་དགྱིལ་འཁོར་བའི་སྣ་ཆོགས་ལ་མཆོད་  
 པའི་ཆེ་སྡོམ་གཟུང་འདི་དག་བྱ་བར་གསུངས། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་  
 བྱུབ་ཆེན་དབེན་ས་པ་ཡབ་སྐུས་རྣམས་སྤྲོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྐབས་འདིར་  
 སྡོམ་པ་གོང་མ་གཉིས་འཛིན་པ་གལ་ཆེ་བར་མཛད་དོ།

གསུམ་པ་བཤགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྷག་མ་

རྣམས་བྱ་བ་ལ་ལྟ།

༥ བཤགས་པ་བྱ་ཚུལ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་ཚུལ། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 བར་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ། བྱ་རན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་  
 ཚུལ། བསྐྱོ་བ་བྱ་ཚུལ་ལོ།

## དང་པོ་བཤམས་པ་བྱ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་སྟོམ་གཟུང་བྱས་ནས་བཤམས་པ་བྱ་བ་ལ། དཔེན་ས་པ་ཡབ་  
སྐུ་གིས་སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་མཆོམས་ལ་བསྟོ་བགྲང་དང་རང་རྒྱུད་  
ལ་ཉེས་པ་དེ་དག་གིས་གོས་མ་གོས་བརྟགས་ནས་བཤམས་པ་བྱ་བར་  
གསུངས། དེ་ལ་སོ་ཐར་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པའི་སྟོམ་ཆོག་རྒྱས་བསྐྱུས་  
གང་རུང་གི་སྟོན་ས་རང་རྒྱུད་ལ་ལྟུང་བ་དེ་དང་དེ་དག་གིས་གོས་མ་གོས་  
བརྟགས་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལ་སྟོམ་པ་ཉི་ཤུ་བ་དང་ཙ་  
ལྟུང་གི་ཆོགས་བཅད་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ས་ཙ་ལྟུང་དང་ཉེས་བྱས་དེ་དག་གིས་  
གོས་མ་གོས་བརྟགས་པ་དང་། རྒྱགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལ་སྟོམ་པ་ལྔ་བརྒྱ་  
བ་དང་། ཙ་ལྟུང་བརྒྱ་བཞི་དང་། སྟོམ་པོ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་རྣམས་ཀྱི་  
སྟོན་ས་རང་རྒྱུད་ལ་ཉེས་པ་དེ་དག་གིས་གོས་མ་གོས་བརྟགས་ །ཙ་ལྟུང་དང་  
སྟོམ་པོའི་ཆོགས་བཅད་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་རེ། མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འཛིགས་བྱེད་དེའི་ཆོག་ལས་འབྱུང་བའི། སྟོབ་དཔོན་སྟོན་  
པར་མི་བྱ་སྟེ། །བདེ་གཤེགས་བཀའ་ལས་འདའ་མི་བྱ། །དེ་བཞིན་ཁྱོས་ནས་  
སྟོན་རྣམས་ལ། །ཉེས་པ་བརྟོད་པར་མི་བྱའོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་  
པའི་སེམས། །རྣམ་ཡང་ངེས་པར་སྤང་མི་བྱ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་དོར་མི་  
བྱ། །རང་གཞན་ཆོས་ལ་མ་སྟོན་དོ། །ཡོངས་སུ་མ་སྟོན་སེམས་ཅན་ལ། །  
གསང་བ་ཉིད་ནི་བསྟན་མི་བྱ། །བདག་ཉིད་སྤང་པོ་སྟོན་མི་བྱ། །ཆོས་རྣམས་

ངོ་མོ་སྤྲོ་མི་དབྱུང་། །གདུག་པའི་བྲམས་པ་རྟག་ཏུ་སྤང་། །ཆོས་ལ་ཆོད་  
གཟུང་མི་བྱའོ། །དད་ལྡན་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་མི་བྱ། །རྟག་ཏུ་དམ་ཆོག་བསྟེན་  
པར་བྱ། །ཤེས་རབ་རང་བཞིན་བྱད་མེད་རྣམས། །སྒྲིལ་གྱི་ཉེས་པ་མི་བརྗོད་  
དེ། །ཞེས་པ་འདིའི་སྒྲོ་ནས་ཅ་ལྷུང་གིས་རང་རྒྱུད་ལ་གོས་མ་གོས་བརྟག་པ་  
བྱ་བར་གསུངས། ཆོག་འདི་དག་ག་ཤེད་དམར་གྱི་རྒྱུད་ལས་གསུངས། སྒྲོམ་  
པོ་ལ་ཡང་ཆོག་དེ་དག་དང་འདོན་ཚུ་ལ་འབྲ་བར་བྱེད་གསུངས། དེ་ནི་ཆོག་  
ཉུང་ཞིང་དམིགས་རྣམ་གསལ་ལོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་ན་སྤྲགས་གྱི་ལམ་ལ་  
སྐྱབ་པ་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་བསྐྱུང་བ་ཉིད་ལམ་  
གྱི་གཞི་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །དེ་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་ཉེས་ལྷུང་གིས་  
གོས་མ་གོས་བརྟགས་ནས་ཉེས་ལྷུང་ཅི་བྱུང་བ་རྣམས་སྒྲོང་བྱེད་གཞུང་ཉིད་  
ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྒྲོམ་གསུམ་སོ་སོའི་བཤའགས་པ་དང་། མ་མཐར་སྒྲ་མ་  
རྟོར་འཛིན་མའི་སྒྲོ་ནས་ལྷུང་བ་རྣམས་ལ་བཤའགས་སྒྲོམ་བྱ། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་  
ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་སྒྲོང་བྱེད་ལྷུང་བཤའགས་བརྒྱ་ཕྱག་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
བཤའགས་སྒྲོམ་ལ་འབད་དགོས་པ་ནི། དགའ་ལྡན་བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཕྱག་ཆེན་ཅ་བ་རྒྱལ་བའི་གཞུང་ལམ་ལས། སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་  
ཡང་། །ཆོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྐྱུང་ལ་སྟོས་བས། །ཡིག་བརྒྱ་འབྲམ་ཅམ་ལྷུང་  
བཤའགས་ནི། །བརྒྱ་ཕྱག་གང་མང་སྒྲོན་བཏང་ནས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
རང་ཅག་ལས་སྒྲིབ་ཤས་ཆེན་པོས་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་  
དགའ་བ་རྣམས་ནི་ལྷུང་བཤའགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལས་སྒྲིབ་སྐྱུང་བ་གནད་དམ་པ་



ཡིན་ཞིང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྷུང་བ་འགགས་བརྒྱ་  
 ཕྱག་དང་བཅས་པ་ལ་འབྱུངས་པར་མཛད་པས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་མང་  
 པོའི་ཞལ་གཟིགས་ཞིང་། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ཉོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་  
 རྣམས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་སྦྱངས་པ་བཞིན་དུ་འབྱུངས་པ་ཡིན་པས། སྦྱིང་ནས་  
 ཉམས་ལེན་བྱེད་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྗེ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེས་ཀྱི་མཛད་པ་བཟང་  
 པོའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཆོ་གའི་གཞུང་ཉིད་ལས་འབྱུང་བའི་བའགགས་  
 པའི་ཆོག་ནི།

ཐོག་མེད་དུས་ནས་མི་དགེ་སྤྲིག་པའི་ལས། །

བགྱིས་དང་བགྱིད་སྦྱལ་ཡི་རང་ཅི་མཆིས་པ། །

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་སྦྱུན་སྦྱར་འགྱུར་སེམས་ཀྱིས། །

བའགགས་ཞིང་སྦྱོར་ཆད་མི་བགྱིད་སྤྲོམ་པ་ནོད། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་སྤྲིག་ལྷུང་སྦྱོང་བ་ལ་སྦྱོབས་བཞི་ཆང་  
 བར་བྱེད་དགོས་པས། སྒྲུ་མ་མཆོད་པའི་སྦྱོར་སྦྱོབས་བཞི་ཆང་བའི་  
 བའགགས་པ་བྱེད་ཚུལ་གསུང་འདིའི་དོན་ལ་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་སྦྱོབས་བཞི་  
 ཆང་ན་ཉེས་ལྷུང་ཆེན་པོ་རྣམས་སྦྱོང་བར་རུས་ཀྱི། མ་ཆང་མི་རུས་པས་  
 སྤྲིག་ལྷུང་སྦྱོང་བ་ལ་སྦྱོབས་བཞི་ཆང་བ་དགོས་པ་ནི། ཆོས་བཞི་བསྟན་  
 པའི་མདོ་ལས། བྱམས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 ཆོས་བཞི་དང་ལྡན་ན་སྤྲིག་པ་བྱས་ཞིང་བསགས་པ་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་

འགྱུར་རོ། །བཞི་གང་ཞེན་འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་པར་སྐྱེན་འབྱེན་པ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་  
 པ་དང་། །གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་པ་དང་། ཉེས་པ་ལས་སྒྲོག་པ་དང་། ཉེན་གྱི་  
 སྟོབས་སོ། །ཞེས་གསུངས། འདིར་སྟོབས་བཞི་ཆང་ཚུལ་ནི། ཐོག་མེད་དུས་  
 རས་མི་དགོ་སྒྲིག་པའི་ལས། །བགྱིས་དང་བགྱིད་སྐྱེལ་ཡི་རང་ཅི་མཆིས་  
 པ། །ཞེས་སྟོན་ཐོག་མ་མེད་པ་རས་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་དུ་བཅས་པ་དང་རང་  
 བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་མི་དགོ་སྒྲིག་པའི་ལས་རང་གིས་དངོས་སུ་བགྱིས་  
 པ་དང་། གཞན་བགྱིད་དུ་སྐྱེལ་བ་དང་། གཞན་གྱི་ཉེས་སྦྱོང་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་  
 རང་བྱས་པ་རྗེ་སྟེད་ཅིག་མཆིས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དམིགས་ཡུལ་དུ་  
 བྱས་ཏེ་ཁོང་པར་དུག་སོང་བ་ལྟ་བུའི་འགྱོད་པ་དུག་པོ་བསྐྱེད་པ་ནི་རྣམ་པར་  
 སྐྱེན་འབྱེན་པའི་སྟོབས་སོ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་སྐྱེན་སྒྲུབ། ཞེས་པ་ནི་ཉེན་གྱི་  
 སྟོབས་དང་། གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་སྟོབས་ཏེ། མཆོག་གསུམ་མ་ལུས་  
 འདུས་པའི་བདག་ཉིད་སྤྲུལ་སྐུ་དབང་རྟོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཆོགས་ལ་  
 རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྟོ་སྟོས་བཅས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་། རང་གིས་  
 གྲང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་གོ་འཕང་མདོན་དུ་བྱ་བར་འདོད་པ་ནི་  
 ཉེན་གྱི་སྟོབས་དང་། སྤྲུལ་སྐྱེན་ཆོགས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྡན་ཞེས་ཐུགས་རྗེ་  
 བསྐྱེལ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི་གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་སྟོབས་དང་།  
 འགྱོད་སེམས་གྱིས་བཤགས་ཤིང་སྤྲོད་ཆད་མི་བགྱིད་སྟོམ་པ་ནོད། །ཅེས་  
 པ་ནི་ཉེས་པ་ལས་སྒྲུག་སྒྲོག་པའི་སྟོབས་ཏེ། གསུང་གི་ཆོག་ཟིན་ལྟར་གོ་  
 སྟོ། །སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་བཤགས་སྟོམ་ལ་འབད་ན་རྣམ་སྐྱེན་འབྱེན་རེས་

གྱི་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྦྱོང་བྱས་པར་གསུངས་ན། མ་ངེས་པའི་ཉེས་  
 པ་སྤྱོད་རྣམས་སྦྱོང་བྱས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ལྷག་པར་སྤྲུགས་ལ་ཁྱུགས་ནས་  
 དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྣམས་པར་དག་པ་བསྐྱུང་བའི་སྟོན་སྟེ་རྣལ་འབྱོར་  
 དང་ལྷན་པས་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ལ་འབད་ན་པམ་པ་བཞི་དང་། མཆོམས་མེད་  
 ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྦྱོང་བྱས་པ་ནི།  
 འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ལེ་ལྷ་པ་ལས། སེམས་ཅན་མཆོམས་མེད་ལ་སོགས་  
 པའི། །སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཡང་། །དོ་རྩེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །ཐེག་པ་  
 མཚོག་ནི་འདི་ལ་འབྱུག། །ཅེས་གསུངས། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ལྷ་མ་ལྟའི་རྣལ་  
 འབྱོར་འདི་ནི་སྤྲིག་ལྷུང་སྦྱོང་བ་ལ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། རྒྱུད་ཕྱག་ཆེན་  
 ཐེག་ལེ་ལས། རི་ལྷར་མེ་ཡིས་ཤིང་འཆིག་པ། །སྐྱད་ཅིག་གིས་ནི་ཐལ་བར་  
 བྱེད། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་དཔལ་ལྷ་མ། །མཉེས་ན་སྐྱད་ཅིག་གིས་སྤྲིག་འཆིག་  
 ཅེས་དང་། ཕྱག་ན་དོ་རྩེ་དབང་བསྐྱར་བའི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། དཔེར་ན་ཉི་མ་  
 ལྷ་བ་གཉིས། །འཇིག་རྟེན་མིག་ཏུ་མཁས་པས་འདོད། །དེ་བཞིན་སྦྱེ་བ་འདི་  
 ལ་ཡང་། །སྟོབ་དཔོན་དེ་ནི་མིག་འབྲར་འདོད། །དཔེར་ན་མེ་ཡི་ཁམས་དེས་  
 བློ་བྱེད་ལྷུང་ཐམས་ཅད་སྤྲིག་པར་བྱེད། །དེ་བཞིན་སྟོབ་དཔོན་ཤེས་པར་  
 བྱ། །མི་ཤེས་བྱེད་ཤིང་སྤྲིག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས། འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
 ལུང་ལས། འདི་ཡི་དོན་ལྷན་འགའ་ཞིག་ལ། །ཞེས་སོགས་སྤྲུང་བྱངས་པ་  
 ལྷར་སྟོབ་མས་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་དེའི་ལུས་  
 ལ་བཞུགས་ན་མཆོད་པ་དེ་བཞིས་པ་དང་། དེའི་མཐུས་སྟོབ་མ་དེའི་ལས་

གྱི་སྒྲིབ་པ་དག་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་ལ། བདེ་མཆོག་ཙྰ་རྒྱུད་ལ་སོགས་  
 པ་རྒྱུད་གཞན་མང་པོར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་སྤྲེལ་མའི་  
 རྣལ་འབྱོར་ལས་གྱི་སྒོག་དུ་བྱས་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཤིན་དུ་སྦྱར་བར་རྒྱུད་  
 དང་བྱུང་ཆེན་གྱི་གཞུང་ཐམས་ཅད་ལས་མཐུན་པར་གསུངས་ཤིང་། འཆང་  
 རྒྱ་བ་ལ་སྦྱར་བ་ནི་ཆོགས་སྦྱར་དུ་རྫོགས་པ་དང་། སྤྲིག་སྒྲིབ་རྣམས་སྦྱར་དུ་  
 བྱང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས། སྤྲིག་སྒྲིབ་སྦྱོང་བ་ལ་སྤྲེལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་  
 སྟོབས་ཆེ་བར་ལུང་དང་རིགས་པས་ལེགས་པར་འབྱུང་བོ། །སྟོན་གྱི་དམ་  
 པ་རྣམས་གྱི་སྤྲོད་གཞིས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། བཤུ་ཆེན་རྒྱ་རོ་བས་བྱུང་ཆེན་ཉི་ལོ་  
 པ་ལ་མཆོད་པ་དང་བསྟེན་བཀྱར་ལ་བཙོན་པར་མཛད་པས་ལས་སྒྲིབ་སྦྱར་  
 དུ་དག་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་དང་།  
 འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་རྫོ་བོའི་བྱི་ས་ན་བཟས་ཕྱགས་པས་ལས་སྒྲིབ་དག་སྟེ་  
 དཔག་ཆད་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་བར་གྱི་སྒོག་ཆགས་གྲོག་སྦྱར་ཚུན་ཆད་གྱི་  
 སེམས་གྱི་རྒྱ་བ་སྤྲོ་མོའང་ཤེས་པའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཕྱལ་གྱིས་  
 །ཤར་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་བཙུན་མི་ལས་སྦྱ་ཆེའི་སྟོད་ལ་མཐུ་དང་སེར་བས་  
 མི་མང་པོ་དང་སྒོག་ཆགས་སྤྲོ་མོ་བྱངས་མེད་བསད་པ་སོགས་སྤྲིག་པ་ཆེན་  
 པོ་མཛད་པའང་སྤྲེལ་མ་མར་པ་དང་མཛལ་ནས་སྤྲེལ་མའི་བསྟེན་བཀྱར་ལ་འབད་  
 པས་སྤྲིག་སྒྲིབ་ཆེན་པོ་དེ་དག་སྦྱར་དུ་དག་ནས་རྫོགས་པ་མཆོག་བརྟེས་པ་  
 སོགས་སྟོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་གྱི་རྣམ་ཐར་དུ་སྤྲེལ་མའི་བསྟེན་བཀྱར་ལ་འབད་  
 པས་སྤྲིག་སྒྲིབ་དག་པ་དང་ཡོན་ཏན་བརྟེས་པའི་ཚུལ་མང་དུ་འབྱུང་བ་སྦྱར་

རྟོ།

## གཉིས་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་ཚུལ་ནི།

ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མཆོན་མ་དང་བྲལ་ཡང་། །

མི་ལམ་ངི་བཞིན་སྐྱེ་འཕགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

བདེ་དགའ་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་རྣམ་དཀར་ལ། །

བདག་ཅག་བསམ་པ་དག་པས་ཡི་རང་ངོ་། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་བཟང་སྤྱོད་ལས་གང་ཟག་ལྟའི་དགོ་བ་ལ་  
རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་བར་གསུངས་ཏེ། ལྟ་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་། རང་རྒྱལ་རྣམས་དང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་།  
སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་རྣམས་ཏེ། གང་ཟག་ལྟ་པོ་དེའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་  
ཅད་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱ་བར་གསུངས་ལ། གང་ཟག་ལྟ་པོ་དེར་མ་འདྲིས་  
པའི་གང་ཟག་གང་ཡང་མེད་པས་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཡང་དེར་མ་འདྲིས་པ་མེད་  
དོ། །གང་ཟག་ལྟ་པོ་དེ་འདིར་སོ་སྐྱེ་དང་འཕགས་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་ནས་  
དེ་དག་གི་དགོ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་པ་སྟེ། མདོར་ན་རང་གཞན་གྱི་  
དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡི་རང་བྱེད་པའོ། །དེ་ཡང་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་  
ལས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤར་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། མ་  
འོངས་པ་ན་འབྱོན་པར་འགྱུར་བའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། ད་ལྟར་སྤྱོད་པས་



བཅུ་ལྔ་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
 དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་པ་ནས་མཐར་སངས་རྒྱས་པའི་བར་  
 གྱི་དགོ་ཅ་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། སངས་རྒྱས་ནས་ཆོས་གྱི་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་མཛད་པ་ཇི་སྟེན་ཅིག་མཛད་པ་རྣམས་  
 དང་། ཆོས་དེ་ལ་གདུལ་བྱ་རྣམས་གྱི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་ཞུགས་  
 པ་དང་། དེ་ལ་བཏེན་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཇི་སྟེན་ཅིག་བྱོན་པ་དང་།  
 ཉན་ཐོས་ཇི་སྟེན་ཅིག་བྱོན་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་སུ་འབྱུང་བ་ཇི་སྟེན་  
 ཅིག་བྱང་བ་དང་། རྒྱལ་བ་དེ་དག་སྤངས་ལས་འདས་ནས་ཀྱང་བསྟན་པ་  
 གནས་གྱི་བར་དུ་ཆོས་ལ་སྐྱོད་པ་ཇི་སྟེན་ཅིག་བྱང་བ་ཐམས་ཅད་དང་། རྒྱ་  
 གདུང་རིང་བསྐལ་གྱི་མཆོད་ཏེན་ལ་སྟོང་མི་རྣམས་གྱིས་དགོ་ཅ་ཇི་སྟེན་  
 ཅིག་བསྐྱུན་པ་དང་། སོ་སོའི་སྤྱོ་བོ་ཐ་མལ་པ་དག་གིས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་  
 ལ་མཆོད་པ་སོགས་དགོ་བའི་ཅ་བ་ཇི་སྟེན་ཅིག་བསྐྱུན་པ་དང་། དགོ་བའི་ཅ་  
 བ་དེ་དག་གི་མཐུ་ལས་རྣམ་སྤྲོད་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བདེ་བ་ཇི་སྟེན་ཅིག་བྱང་  
 བ་དང་། ཡོན་ཏན་གོང་མ་ཇི་སྟེན་ཅིག་སྤྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་སྐབས་  
 དང་མཐར་བུག་གི་པན་བདེ་འབྱུང་བའི་དགོ་ཅ་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲོས་བསྐྱུས་ནས་གཞལ་ཏེ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་པའོ། །

མདོ་སྟེན་ནས་ཇི་སྟེན་གསུངས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་གནད་བསྐྱུས་  
 རྣམ་འདིར། རྒྱེ་འཕགས་ཐམས་ཅད་གྱི། །བདེ་དག་འཛིན་ཡང་འཆར་བའི་  
 རྣམ་དཀར་ལ། །བདག་ཅག་བསམ་པ་དག་པས་ཡི་རང་ངོ་། །ཞེས་བསྐྱུས་

ནས་གསུངས། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དེ་ཡང་མཆོན་འཛིན་གྱིས་མ་བཅིངས་  
 པར་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟེན་པ་ཞིག་དགོས་པ་  
 ཤེས་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་། ཆོས་རྣམས་  
 རང་བཞིན་མཆོན་མ་དང་བྲལ་ཡང་། མི་ལམ་ངེ་བཞིན། ཞེས་གསལ་བར་  
 གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་  
 ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་འཕགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོ་ཅ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་  
 པ་ནི། རྣམ་མཁའི་ཁམས་རིན་པོ་ཆེས་བྱར་བྱར་བཀའ་སྟེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་  
 བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་བྱལ་བ་བས་ཀྱང་བསོད་ནམས་ལྷག་པར་གསུངས། རྗེས་  
 སུ་ཡི་རང་བྱེད་ཚུལ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ས་ལ་  
 གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་བྱུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་ཡིན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོག་མཆོག་  
 པོ་ཡིན་པ་སོགས་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུགས་སོ། །

རྗེས་སུ་ཆོག་མཆོག་པོ་འཛིན་པའི་ཀྱང་། འབད་པ་རྒྱུ་དུས་རྒྱུ་ཆེན་ཆོག་མཆོག་  
 སྐྱེད་ལ། །དགོ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་མཆོག་ཏུ་གསུང་། བྱེད་པར་རང་གིས་སྟོན་  
 བྱས་དགོ་བ་ལ། །རྣོ་སེམས་བྲལ་བས་དགའ་བ་ཆེར་བསྐྱེད་ན། །སྟོན་  
 བྱས་དགོ་བ་གོང་དུ་འཕེལ་ལོ་ཞེས། །རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་དོན་དེ་བསྐྱབ་  
 ཕྱིར་དང་། །དགོས་པ་གཞན་ཡང་མང་དུ་མཐོང་བས་ན། །སེམས་ཁྱོད་དགའ་  
 བ་འདི་ལྟར་བསྐྱེད་ན་ལེགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི།

ཕུལ་བྱང་མཁུན་བཅེའི་ཚུ་འཛིན་འབྱམ་དགིགས་ཏེ། །

མཐའ་ཡས་འགྲོ་འདིའི་ཕན་བདེ་ཀུན་འཛི་ཚལ། །

བསྐྱེད་དང་ཡུན་དུ་གནས་དང་སྤེལ་བའི་བྱིར། །

ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་དབབ་དུ་གསོལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྤྲུལ་སྤྱུང་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལྷ་ཆོགས་  
ལ་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་ཏེ་ནམ་མཁའི་མཐས་སྒྲས་པའི་འགྲོ་བ་འདི་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱད་བསྤེལ་མི་འདོད་པ་ཤིས་ལྟག་ཡིན་ལ། གནས་སྐབས་  
སྤྱི་བདེ་བ་དང་བྱི་མར་ཕན་པ་ཐམས་ཅད་དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་  
ལ། དམ་པའི་ཆོས་གང་ལས་འབྱུང་བ་ནི་ཆོས་སྟོན་པ་པོ་སྤྲུལ་ཉིད་ལ་རག་  
ལས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཐབས་བྱང་དེ་རྒྱ་སྐོག་གྱུར་  
པ། །དེ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གིས་སྤང་  
དོར་མ་ཤེས་ན་གཞན་ལ་བསྟན་དུ་མེད་པས་སྤང་དོར་གྱི་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་  
སྤང་དོར་རྗེ་བཞིན་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས། གཤམ་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་  
མེད་པར་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་བཅེ་བ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། མཁུན་བཅེ་  
མཐར་ཐུག་ཐུགས་ལ་མངའ་བ་ནི་སྤྲུལ་སྤྱུང་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་སྤྱོད་  
ཉིད་ཡིན་པས། བདག་ཅག་རྣམས་ལ་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡུན་

དུ་གནས་པ་དང་། སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
 རྒྱུན་མི་འཆད་དུ་བསྐྱོར་དུ་གསོལ་ཞེས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་གསོལ་  
 བ་འདེབས་པའོ། །འདིར་མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། སྒྲོ་བཟང་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དོ་ཨེ་འཆད། །ཀྱུན་ཁྲབ་ཕྱི་ནང་  
 གསང་བའི་སྐྱར་བསྟན་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་དགོངས་  
 བས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །ཞེས་བཅོད་ནས་  
 གྲང་གསོལ་བ་འདེབས། །ཆོག་མཆོད་ཀྱི་སྐབས་སོགས་རྒྱས་པར་བྱེད་  
 ཆོ། རིགས་ལྷ་དང་སྤྱང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་གསོལ་འདེབས་འདི་  
 ལྟར་ཡང་མཛད་དེ། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རོལ་པ་ལས། །ཀྱུན་ཁྲབ་བུ་རྒྱ་  
 རིགས་ཀྱི་སྐྱར་བསྟན་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་དགོངས་  
 བས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །སོར་ཉྱལ་ཡེ་ཤེས་  
 ཆེན་པོའི་རོལ་པ་ལས། །ཀྱུན་ཁྲབ་བུ་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་སྐྱར་བསྟན་ནས། །ནམ་  
 མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་དགོངས་ནས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་  
 བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རོལ་པ་ལས། །ཀྱུན་  
 ཁྲབ་དོ་ཨེ་རིགས་ཀྱི་སྐྱར་བསྟན་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་  
 དགོངས་ནས། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །མཉམ་  
 ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རོལ་པ་ལས། །ཀྱུན་ཁྲབ་རིན་ཆེན་རིགས་ཀྱི་སྐྱར་  
 བསྟན་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་དགོངས་ནས། །ཕྱི་ནང་  
 གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་དུ་གསོལ། །བྱ་བུ་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རོལ་པ་

ལས། །ཀུན་བྱུང་འཕྲིན་ལས་རིགས་ཀྱི་སྐྱུར་བསྐྱོན་ནས། །ནམ་མཁའ་ཇི་  
 སྲིད་འགྲོ་ལ་བཅུར་དགོངས་ནས། །སྤྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 དུ་གསོལ། །ཞེས་བརྗོད་དོ། འདིར། བསྐྱེད་དང་ཡུན་དུ་གནས་དང་སྤེལ་བའི་  
 ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་དུ་སྒྲ་མ་ལས་གདམས་ངག་  
 ལན་ཅིག་ཐོབ་པས་མི་ཆོག་གི། །ཡང་དང་ཡང་དུ་ཉན་དགོས་པ་དང་། ལྷག་  
 པར་ལམ་རིམ་པ་ལྔ་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཆེ་ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་ལམ་རྣམས་རྒྱུད་ལ་  
 བསྐྱེད་སྤྱིར་སྒྲ་མ་ལ་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་དང་མཇུག་སོགས་ལུལ་  
 རྣམ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་གདམས་ངག་ཉན་དགོས་པར་གསུངས་པའི་དོན་  
 ཏེ། གསུང་འདི་དག་ལ་ཞིབ་དུ་བརྟགས་ན་ལམ་ཀྱི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་དག་  
 སྟོན་ཅིང་དོན་ཤིན་དུ་རྒྱ་ཆེ་ལོ།

བཞི་པ་སྤྱི་ལན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི།

དོ་རྗེའི་སྐྱུ་ལ་སྐྱེ་འཆི་མི་མངའ་ཡང་། །  
 ཟུང་འཇུག་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་བཟུང་ཏོག །  
 བདག་ཅག་མོས་པ་ཇི་བཞིན་སྲིད་མཐའི་བར། །  
 སྤྱི་ལན་མི་འདའ་ཏྲག་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །  
 ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཇི་སྲིད་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་ལམ་མ་ནོར་བར་



སྟོན་པའི་སྒྲུབ་མ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། སྒྲུབ་མེད་ན་རང་གིས་ལམ་གོང་མ་  
 བཟོད་མི་རྒྱས་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་སྒྲུབ་མ་ལ་གདུང་ཤྱགས་དྲག་པོའི་སྟོ་  
 རས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། ཐུགས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སྟུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་  
 སྒྲུང་གི་མཆོད་དཔེའི་སྐྱུར་ཤར་བའི་རྩོམ་ཆེའི་སྐྱུ་ལ་སྟེ་འཆི་མེད་པས། བདག་  
 ཅག་ཐ་མལ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་རྩོམ་ཤར་བའི་གཟུགས་སྐྱུ་རགས་པ་བ་མ་ཉོག་  
 ལྟ་བུ་འདི་ལ་བརྟེན་པར་བཞུགས་ནས། གཟུགས་སྐྱུ་རགས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་  
 སྐྱུ་རན་ལས་འདྲའ་པའི་ཚུལ་མི་སྟོན་པར་རི་སྤྱོད་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་  
 བདག་ཅག་གི་མགོན་སྐྱབས་དབྱུང་གཉིན་དུ་ཉག་པར་བཞུགས་སོ་གསོལ་  
 ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས་པའོ། །ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་བ་དང་འདི་  
 གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དགྲེས་བཞིན་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་  
 པའི་མོས་པའང་བྱེད་གསུང་སྟེ། འདི་ལ་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་བྱུང་པར་ཅན་  
 ཞིག་ཡོད་པར་སྒྲུང་རོ། །འདིར་བཤད་པའི་རྩོམ་ཆེའི་སྐྱུ་ཞེས་པ་ནི་དཔལ་  
 གསང་བ་འདུས་པ་ཙུ་བཤད་ཀྱི་སྟོང་པོའི་དོན་མཐར་ཐུག་པ་སྟེ། དེམ་པ་དང་  
 པོ་མཐར་ཐུན་ནས་རྩོམ་ཆེའི་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་མཐུས་ཤིན་ཏུ་ཐ་  
 བའི་རྒྱང་སེམས་དབང་དུ་འདུས་ཏེ་དཔེའི་འོད་གསལ་དང་། དེ་ལས་དེམ་པ་  
 གསུམ་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་དང་། སྐྱུ་དེ་འོད་གསལ་དུ་སྐྱུངས་པ་ལས་དག་པའི་སྐྱུ་  
 མའི་སྐྱུ་ཐོབ་ཅིང་། སྐྱུ་དེ་ནི་ཤར་སྟེང་སྟེང་སྟེང་གི་སྐྱུང་པོ་ལས་ལོ་ཤ་སྟེ་  
 བའི་འཇམ་ཆོན་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་མཆོད་བཟང་པོ་སུམ་ཙུ་ཙུ་གཉིས་  
 དང་དཔེ་བྱུང་བཟུང་ཙུས་སྐྱས་པ་འོད་གྱིས་འཇིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་མཐར་

ཡས་པ་འགོངས་པ། ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་སྤྱལ་པས་བྱུང་བར་བྱེད་པ།  
 ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་གྲིན་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་མི་རྒྱས་པ་ནམ་མཁའ་  
 མ་བཟད་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ལ་ནི་དོ་རྩེའི་སྐྱེ་ཞེས་བྲ། ཟུང་  
 འཇུག་གི་སྐྱེ་ཞེས་ཀྱང་བྲ། སྐྱེ་དེའི་རྒྱད་ལས་ངེས་པ་ལྷ་ལྡན་གྱི་ཡོངས་སྐྱར་  
 འཆང་རྒྱུའོ། ། འདིར་མོས་པ་བྱ་བ་ནི་ངེས་པ་ལྷ་ལྡན་གྱི་ཡོངས་སྐྱོད་རྩོགས་  
 སྐྱེ་དེ་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཚུལ་འདི་དག་ལ་ལེགས་པར་  
 བསམས་ནས་དོ་རྩེ་འཆང་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་  
 མན་ངག་ཡི་གེར་བཀོད་པའི་དོ་རྩེའི་ཆོག་འདི་དག་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་སྙིང་  
 པོའི་བཙུང་ལྷུང་བའི་གདམས་ངག་མཆོག་ཏུ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱའོ། ། ཆོགས་  
 མཆོད་དང་བཅས་སླ་མ་ལ་བརྟན་བཞུགས་བྱེད་པའི་ཆེ་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་  
 ཆོགས་བཅད་འདི་ལན་གསུམ་མཛད་དོ།

## ལྷ་པ་བསྟོ་བ་བྱ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་བསྟོན་པའི་ནམ་དཀར་དགོ་བའི་ཆོགས། །  
 བཀའ་བྲིན་གསུམ་ལྡན་རྩེ་བཙུན་སླ་མ་ཡིས། །  
 ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་འབྲལ་མེད་རྩེས་འཛིན་ཅིང་། །  
 ཟུང་འཇུག་དོ་རྩེ་འཆང་དབང་ཐོབ་ཕྱིར་བསྟོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འདིའི་སྐབས་སུ་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱ་ཚུལ་ནི། བདག་གིས་དལ་བའི་རྟོན་བཟང་པོ་ནི་ཐོབ། །ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་དང་ནི་མངལ། དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར་དལ་བ་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱས་ལ། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་གདམས་པ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ལ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་དུ་ལྷ་མ་ལྟ་ཆོག་གས་ལ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་སོགས་དགོ་པའི་རྩ་བ་དེ་དག་གི་མཐུ་དང་རྒྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་དང་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་འབྲལ་ཞིང་གདམས་པ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྟོན་པ་དང་། དེའི་མཐུ་ལས་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལྟར་དུ་རྫོགས་ནས་རྫོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ལྟར་དུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བསྟོའོ་སྟུང་དུ་འདུན་པ་ཤུགས་ཤུགས་བྱའོ། །ལྷ་མས་རྗེས་སུ་འཇོན་པའི་བསྟོ་བ་འདི་ལྟར་བྱ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་གསུངས་སོ། །དེ་ནས་དམིགས་པ་གསལ་བར་བྱས་ནས་མཐུལ་རྒྱས་པ་ཞིག་ལུལ་ལ། དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་བྱ་སྟེ། ལམ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་རྣམས་ལྟར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བ་དང་། དེ་དག་གི་མི་མཐུན་སྟོགས་བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གུས་པ་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྟོ་སྟོ་མཐའ་དག་འགག་པ་དང་། ལམ་དེ་དག་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་གོགས་ཕྱི་ནང་གི་བར་ཆད་རྣམས་ཞི་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་ཆང་སྟེ་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལྟར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་གསོལ་འདེབས་ཤུགས་ཤུགས་བྱའོ། །ཡན་ལག་བདུན་པོ་

འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། དེ་དག་གྲང་  
 བསྐྱུ་ན་བསལ་སྐྱང་སྟེལ་གསུམ་དུ་འདུ་བ་དང་། དེ་ཡང་བསྐྱུ་ན་བསལ་སྐྱང་  
 གཉིས་སུ་འདུ་བ་དང་། ཡན་ལག་བདུན་པོ་དེ་དག་རེ་རེས་ལམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་  
 བའི་གོགས་སྦྱིབ་པ་གང་དང་གང་སྦྱོང་བ་དང་། ལམ་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་གང་  
 དང་གང་འབྲུབ་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་པན་  
 ཡོན་གང་དང་གང་འབྲུབ་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་གལ་ཆེ་ཞིང་དགོས་པ་ཆེ་  
 བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་མཐའ་དག་གིར་མ་རུས་པས། ལམ་བྱིད་རྒྱས་པ་  
 བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་སྟོལ་ཡོད་པ་ལྟར་དེ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། ཐུན་  
 མོང་མིན་པ་སྤྲུགས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་ཁྲད་པར་ཅན་ཡང་མང་དུ་ཡོད་  
 རོ།

## གསུམ་པ་དད་གྲུས་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ ཚུལ་ལ་བཞི།

༥ པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་པའི་སྒྲོ་ནས་དད་གྲུས་གསལ་  
 བཏབ་སྟེ་མཆོན་སྤྲུགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་བའི་གསོལ་འདེབས་  
 བྱ་ཚུལ། ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་བློན་རྗེས་སུ་བློ་བའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་  
 འདེབས་ཚུལ། བྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་  
 ཚུལ། དུར་ཚུགས་གསོལ་འདེབས་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་

ལེན་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་པའི་སྟོན་སྒྲ་གསལ་བཏབ་སྟེ་མཆོན་

སྒྲ་གསུང་གི་སྟོན་སྒྲ་སྟེ་བསྐྱེད་པའི་གསོལ་འདེབས་བྱ་ཚུལ་ནི།

སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་གཞུང་ཉིད་ལས། དེ་ནས་ལག་ན་དོ་རྩེ་དབང་བསྐྱར་  
བའི་རྒྱུད་ལས། སྟོབ་དཔོན་གྱི་ནི་ཡོན་ཏན་གཟུང་། །སྟོན་ནི་ནམ་ཡང་  
གཟུང་མི་བྱ། །ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་བྱུང་འཐོབ། །སྟོན་རྣམས་བཟུང་  
ན་དངོས་མི་འབྱུང། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲ་མའི་སྟོན་རྟོག་གི་སྟོ་ཡེ་མ་  
ཞོར་བར་བྱའོ་སྟེ་དུ་དཔོན་ཤེས་ཡང་ཡང་བསྟེན་ནས་སྒྲ་མ་བསྟེན་པའི་ཕན་  
ཡོན། མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་མདོ་རྒྱུད་དམ་པའི་གསུང་སྟོས་  
བཞིན་ལེགས་པར་བསམ། བྱུང་བར་དུ་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་མཆོན་ཐོས་པ་  
ཅ་མ་གྱིས་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་འཕྲོག་ཅིང་། དཔོན་པ་ཅ་མ་གྱིས་འཁོར་བའི་  
སྒྲ་བསྐྱེད་པའི་ལེལ་བ། གསོལ་བ་བཏབ་ན་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་བདེ་སྒྲག་  
ཏུ་སྟོལ་བར་མཛད་པའི་སྐྱབས་གནས་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
པོ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བསམས་ལ། དེ་སྒྲ་གཞན་ན་མེད་པའི་སྟོ་སྟོས་  
བཅས་ཏེ་གདུང་ལྷགས་དྲག་པོས་དམིགས་བརྩེ་མ་སོགས་ཀྱི་གསོལ་བ་  
གང་མང་བཏབ། ཅེས་གསུངས། དེ་ལ་བཞུགས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་  
ནི། བཞུགས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ན་སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མཉེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། ལས་སྐྱེད་སྐྱར་དུ་དག་པར་



འགྱུར་བ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་གཞི་དཔེ་སྤྲུལ་པ་དང་། ཆོག་གས་སྒྲུབ་ས་  
 བོ་ཆེ་སྐད་ཅིག་དང་སྐད་ཅིག་ལ་རྫོགས་པར་བྱེད་ཀྱས་པ་དང་། གོང་མའི་  
 ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་རྣམས་སྦྱར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱི་མ་ངན་  
 འགྱོར་མི་ལྷུང་བ་དང་། གང་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་གསུངས་ཤིང་། གཙུག་པོར་ནི་སྐུ་གས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྦྱར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བའོ། །དེ་ཡང་བདེ་མཆོག་ཙུ་  
 རྒྱུད་ལས། སྟོབ་དཔོན་ལྷུས་སྤྱེལ་གས་གནས་ཏེ། །སྦྱབ་པ་པོ་ལས་མཆོད་  
 པ་ལེན། །ཞེས་དམ་ཆོག་དང་ལྡན་པའི་སྟོབ་མས་སྒྲ་མ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མཆོད་  
 པའི་ཆེ་ཏེ་རུ་ཀ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་དམ་རྣམས་སྒྲ་མའི་ལྷུས་ལ་བཞུགས་ཏེ་  
 སྦྱབ་པ་པོ་དེའི་མཆོད་པ་བཞེས་ནས་ཆོག་གས་སྦྱར་དུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པར་  
 གསུངས་། འདི་དང་འབྲེལ་བར་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་དུ་ཡང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་  
 པའི་དབྱངས་སྒྲ་མའི་ལྷུས་ལ་བཞུགས་ནས་སྟོབ་མའི་མཆོད་པ་ལྷུས་བ་  
 རྣམས་བཞེས་ཏེ་ཆོག་གས་སྦྱར་དུ་རྫོགས་པ་དང་། སྤྱི་གསེབ་སྦྱར་དུ་དག་པར་  
 བྱེད་པར་གསུངས་ཏེ་ལྷུང་ནི་སྦྱར་བྱངས་ཟེན་ཏོ། །རྒྱུད་གཞན་མང་པོར་ཡང་  
 དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་ཡི་དམ་རེ་རེ་ཙམ་སྒྲ་མའི་ལྷུས་ལ་བཞུགས་པ་ཙམ་དུ་མི་  
 གཟུང་གི། །དམ་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བའི་སྟོབ་མས་ལམ་མ་གྲོར་བར་  
 སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆེ་སྤྱོད་སྐུ་ལ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་དེའི་  
 ལྷུས་ལ་ངེས་པར་འཇུག་པ་ནི། བཞད་རྒྱུད་དོན་རྗེ་སྤྱིང་བ་ལས། དེ་བས་དོན་རྗེ་

སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱི། །ལུས་ལ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་བཞུགས། །མཐོང་ན་དོན་ནི་ཡོད་  
 པ་གྱི། །སྤྱི་མའི་དུས་ན་སེམས་དཔའ་ཆེ། །དེ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི། །ལྷ་ཡི་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་གྱིས། །རབ་ཏུ་འབད་དེ་སྒྲུ་མ་བསྟེན། །ཞེས་  
 ཞིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས། །དུས་གྱི་འཁོར་ལོ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་མི་  
 ཡི་འཇིག་རྟེན་དག་ན་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་རྫོ་རྗེ་འཇིན་པ་སྟེན་བྲལ་དེ་བདག་  
 སྟེ། །དེ་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པས་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ནི་ངེས་པར་དཔྱལ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ་འདི་ལ་ངོ་མཆར་མེད། །དེ་མཉམས་པ་ཡིས་བདག་ནི་མགྱ་སྟེ་དེ་  
 ལ་ཁོ་བའི་མེ་ཡིས་ཁོས་པ་ཞེས་པ་ཆེན་པོ་འོ། །དེ་ཉིད་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་ཐར་པ་བདེ་མཉམ་འབྲས་སྟེར་བྱ་རྣམས་དག་གི་ཕྱག་འོས་མཆོད་འོས་  
 སོ། །ཞེས་སྒྲུ་མ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ན་རྒྱལ་བ་རྣམས་དགྲེས་ཤིང་དངོས་  
 གྲུབ་ལྷུར་དུ་འཐོབ་པ་དང་། བསྟེན་ཚུ་ལ་ལོག་ན་གདོན་མི་བ་བར་ཕྱང་བར་  
 གསུངས། ཡེ་ཤེས་ཐེག་ལའི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། སྒྲུ་མ་སྟོན་པ་སྒྲུ་མ་མགོན། །སྒྲུ་  
 མ་རྫོ་རྗེ་འཇིན་པ་ཉིད། །སྒྲུ་མའི་ཞལ་སྤྱི་བཀའ་བློན་ལས། །མཆོག་གི་  
 གནས་ནི་རྟེན་པར་འགྱུར། །ཆེ་འདི་ཡིས་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ། །དངོས་གྲུབ་རྟེན་  
 པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ས་བརྩ་ཡི་ནི་དབང་ཕྱག་བདག་དེ་ཡི་བཀའ་བློན་གྱིས་  
 བློ་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མ་ལས་ལྷག་གཞན། །སྟོན་པ་ཆེན་པོ་གལ་ཡོད། །ཅེས་  
 སྒྲུ་མ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ལྷུར་དུ་  
 ཐོབ་པ་དང་། སྒྲུ་མ་ལས་ལྷག་པའི་མཆོད་ཡུལ་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་  
 ཀྱང་མཆོན་བྱེད་ཅམ་གྱིས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱུད་སྟེ་བཞི་གཞན་ལན་ཅིག་མིན་

བར་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ལས་ཀྱང་། བདག་  
 གྱིན་བརྒྱབས་པའི་རིམ་ཞེས་པ། །ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་བསྟན་པ་སྟེ། །དེ་ནི་སྒྲ་  
 མའི་བྱིན་དག་གིས། །འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར་གྱིས་གཞན་དུ་མིན། །བདག་ལ་གྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབ་པའི་རིམ། །གང་གིས་ཉིད་པར་མི་འགྱུར་བ། །མདོ་སྡེ་རྒྱུད་དང་  
 རྟོག་པ་ལ། །དེ་ཡི་ངལ་བ་དོན་མེད་འགྱུར། །བདག་ལ་གྱིན་བརྒྱབ་རིམ་ཐོབ་  
 པའི། །གཙུག་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་བདག་ཉིད། །ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱས་  
 བྱི། །ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲ་མ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟན་  
 བ་དེའི་བཀའ་བྱིན་གྱིས་བྱུང་འདུག་གི་སྐུ་སྐྱབ་ཚུལ་ཤེས་ནས་ཆེ་འདི་ཉིད་  
 ལ་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར་བ་དང་། །སྒྲ་མ་མ་བསྟན་ན་མདོ་རྒྱུད་ལ་ཐོས་བསམ་  
 སོགས་ངལ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་མཆོག་འགྱུར་པའི་ཐབས་མེད་པར་གསུངས།  
 འཕགས་པ་ལྟའི་སེམས་ཀྱི་སྐྱབ་སྐྱོང་ལས་ཀྱང་། དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་གཟུང་བར་  
 གྱ། །སྐྱོན་ནི་ནམ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱོབ་དཔོན་ལྟ་ཡི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། །འབད་  
 པས་མཆོད་པར་བྱ་བ་ཡིན། །དེ་ཉིད་དོ་རྗེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ། །མདོན་སྐྱམ་  
 གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་གནས། རི་ལྷར་ཞོར་བྱ་ཆུ་དྲང་གིས། །རྟོགས་མ་  
 ཐམས་ཅད་དྲངས་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་དྲང་བའི་ཞོར་བྱ་ཡིས། །སེམས་ཀྱི་རིན་  
 ཆེན་རྣམ་པར་བྱང་། །ཞེས་སྒྲ་མ་ལ་དད་གྲས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་སྐྱུར་དུ་  
 རྟོགས་པ་འཆར་བ་དཔེ་དང་བཅས་ཏེ་གསལ་བར་གསུངས། །གསང་བ་བྱུང་  
 པ་ལས་ཀྱང་། དམ་ཆོག་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལས། །སྒྲ་མ་མཆོད་པ་མཆོག་  
 ཡིན་ཏེ། །སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་བཟོ་བ་ཏོག །དཔལ་ལྡན་འདུས་པའམ་གཞན་

དུ་བསྟན། །བཟུང་མིན་བཟོད་པའང་མ་ཡིན་པ། །སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཡང་  
 དག་གནས། །ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་བདེ་བ་ཡིན། །རྣམ་རྟོག་མེད་ཅིང་གནས་མེད་  
 པ། །དག་ཅིང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྲན་པར་བྱ། །སྒྲ་མའི་  
 ཞབས་གྱི་བཀའ་ངིན་གྱིས། །དེ་ནི་སྦྱར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྒྲ་  
 མ་རྟོ་རྩེ་མཉེས་གྱུར་པས། །དངོས་གྲུབ་བཟང་པོ་ཀུན་སྦྱིན་བྱེད། །ཅེས་དང་།  
 དེ་སྤྱིར་འབད་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས། །གྲུས་པས་སྒྲ་མ་མཆོད་པར་བྱ། །ཞེས་སྒྲ་  
 མ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་ལས་བདེ་ཆེན་ལྷན་ཅིག་སྦྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱར་  
 དུ་འཆར་བ་དང་། སྒྲ་མ་མ་བསྟོན་ན་ཡེ་ཤེས་དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མེད་པས་  
 སྒྲ་མ་མཆོད་པ་ཉིད་ལ་འབད་དགོས་པར་གསུངས། ཡེ་ཤེས་གྲུབ་པ་ལས་  
 གྱུར། གང་ལ་སྒྲ་མའི་ངིན་ཡོད་པ། །དེ་ཡི་དེ་ཉིད་མཆོད་རྟོན་འགྱུར། །གཞན་  
 དུ་གྱིས་པས་ལུན་རིང་དུ། །རྣམ་པར་སྤོངས་པས་ཉོན་མོངས་འགྱུར། །སྒྲ་མ་  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་གྱུར་ཅིང་། །དག་འདུན་ཡང་ནི་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་ཡིས་ངིན་  
 གྱིས་ཤེས་འགྱུར་བས། །དེ་བས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།  
 གཉིས་མེད་གྲུབ་པ་ལས་གྱུར། །ཁམས་གསུམ་ན་ནི་སྟོབ་དཔོན་ལས། །ཆེ་  
 བར་གྱུར་བ་གཞན་མེད་ན། །དེ་ཉིད་གྱི་ནི་བཀའ་ངིན་གྱིས། །དངོས་གྲུབ་མང་  
 པོ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་ཉིད་རྟོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཉིད། །སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་ཐུག་གྱུར་འཆོལ། །སྟོབ་དཔོན་མཆོད་པ་སྒྲ་ན་མེད། །ཅི་ཅམ་རུས་པས་  
 མཆོད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་ལས་སྤྱིར་  
 ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་རྩ་བ་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་པར་སྤྲུགས་ལ་



ཞུགས་ནས་ཆེ་འདིར་བྱུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་བྱུང་སྐྱབ་པ་ནི་སྒྲ་  
མ་ཁོ་ནའི་བཀའ་ངོན་ལ་སྟོས་པར་འབད་བ་དུ་མས་བསྐྱབས་སོ། །མདོར་ན་  
རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། སྟོབ་མས་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་སྣ་གཅིག་སྟེ་བ་དང་  
སྟོན་སྣ་གཅིག་འགྲིབ་པ་ཡན་ཆད་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་  
ནི་དམ་པའི་བཤེས་ཡིན་པས་ཐོག་མར་དེ་བསྟེན་པའི་ཚུལ་གལ་ཆེ། ཞེས་  
དང་། སྦྱིར་ཐེག་པ་ཀུན་དང་བྱུང་པར་དུ་ཐེག་པ་འདི་ལ་སྒྲ་མའི་དམ་ཆོག་མ་  
ཉམས་པར་བྱ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་སུ་བཞུགས་པའི་སྟོན་སྣ་མཆོད་དེ། མཉེས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཉེས་པར་བྱེད་ཅིང་། མི་མཉེས་པ་སྦྱོང་བ་ལ་འབད་བ་  
ནི་གནད་དམ་པར་སྒྲུང་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་པན་ཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ངེས་  
པ་གཏིང་ནས་འཛོངས་པ་ཞིག་བྱའོ། །

མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། མདོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ནས་ལན་ཅིག་  
མིན་པར་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཤིང་བཤེས་གཉེན་དུ་བྱས་ནས་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་  
ན་ནི་ཆེ་འདིར་ནད་དང་གདོན་དུ་མས་འཆེ་བ་དང་། སྦྱི་མར་ངན་འགྱོར་སྤྱང་  
ནས་ཐར་བར་དཀའ་བ་དང་། རྒྱ་ལ་ཐར་པའི་དུས་བྱུང་ཡང་རྒྱ་མཐུན་གྱི་  
འབྲས་བྱས་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་མཇུག་བར་དཀའ་བ་སོགས་རྣམ་པར་  
སྟོན་པ་ཆབས་ཆེ་བ་འདིགས་སུ་རུང་བ་ཡང་བ་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་བ་ཞིག་  
སྦྱོང་བར་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནས་ལན་ཅིག་  
མིན་པར་གསུངས་པ་སྟུང་རོ། །ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་  
འདི་འབྲུགས་ན་མདོ་རྒྱུད་ལ་ཐོས་བསམ་དང་དཀའ་སྤྱད་སྟོང་རུས་ཆེན་



པོས་སྐྱབ་པ་དང་ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འབད་པ་སོགས་ངལ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་  
ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་སྐྱེ་མི་སྲིད་པ་ནི། འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་ལས། སྙིང་ནས་  
སློབ་དཔོན་སློད་པ་དང་། བསྐྱབས་ཀྱང་འབྱུང་པར་ཡོངས་མི་འབྱུང་། །ཞེས་  
གསལ་བར་གསུངས་ཤིང་། དེའི་ཐད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སློན་གསལ་ལས་དམ་  
ཆོག་ཉམས་པ་དེ་དང་ཉེ་བའི་གྲོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་འབྱུང་པར་གསུངས་ཏེ།  
སྤལ་པ་མ་ཅན་བཞིན་དུ་རང་དང་ཉེ་བའི་གྲོགས་ཐམས་ཅད་ལུང་བར་བྱེད་  
པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་སོ་  
སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུད་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་ལ་ངེས་  
པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་ངེས་པ་མ་འདྲོངས་ན་སྒྲུབ་ལ་དད་མོས་  
དང་། མཆོད་པ་དང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆོག་ཙམ་དང་གཞན་  
ཀྱི་ལད་མོ་ཙམ་ཞིག་ལས་མི་འོང་། དེ་མ་བྱུང་ན་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བ་  
ཞིག་ལས་མི་འོང་ངོ་། །ཚུལ་འདི་དག་ལ་སློན་ཀྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་  
བསམ་བཤུངས་ཀྱི་ཆེ་གསུང་། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་ཏུ་དུས་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲུབ་ལྷན་པར་བསྐྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་མང་པོའི་  
ཞལ་གཟིགས་ཀྱང་དེས་ཆོག་པར་མ་མཛད་པར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
འཕགས་པ་ཆོས་འཕགས་ལུས་སློབ་ལོངས་སྦྱོང་གང་ལའང་སྟོས་པ་མེད་  
པར་བསྟེན་ཅིང་མཆོད་པས་གཞན་དུ་བསྐྱལ་ཆེན་མང་པོར་བསྐྱབ་དགོས་  
པའི་གོ་འཕང་ཆོགས་ལམ་ནས་ས་དང་པོའི་བར་ལོ་ཁ་ཤས་ལ་ཐོབ་པར་  
གསུང་། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་རྟོག་གང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལས་རྫོ་བོ་ལ་

གསོལ་བ་བཏབ་པ་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཆེ་བར་བྱང་གསུང་བ་དང་། བྱ་ཡུལ་བས་  
 སྐྱོན་སྒྲིའི་བསྐྱོན་བཀྱར་ལ་འབད་དེ། ཚུ་ལེན་པ། མེ་གཏོང་བ། ཐལ་བ་འབྲུག་  
 པ་སོགས་བསྐྱོན་བཀྱར་ལ་བཙོན་པར་མཛད་པ་ནི་ལན་ཅིག་གོ་ཁའི་ཐལ་བ་  
 ཐུ་བར་བསྐྱམས་ཏེ་འདོར་དུ་བྱོན་པ་ན་སྐས་ཀྱི་གདང་བུ་ལ་ཞབས་བཞག་  
 བཞིན་དུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་ཕྱིལ་ཏེ་སོང་། ལྷག་པའི་ལྷ་མང་པོའི་ཞལ་གཟིགས་  
 པ་དང་མཛོན་པར་ཤེས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་གསུང་། གཞན་ལ་གདམས་པ་  
 མཛད་པ་ན་འང་དེང་སང་གི་དགོ་བ་ཤེས་འདི་དག་གིས་ངས་སྒྲ་མའི་ཞབས་  
 ཏོག་བྱས་པ་འདི་ཆོས་སུ་མ་གོ་བ་འདྲ། ཞེས་པ་དང་། སྒྲ་མ་ལས་བཟང་བའི་  
 རྩོམ་འཆང་ངམ་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཞིག་ལོགས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་ན་ནི་གང་ཟག་  
 དེའི་རྒྱུད་ལ་དངོས་གྲུབ་གང་ཡང་མི་འཐོབ་པོ། །ཞེས་སོགས་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
 རིམ་གྱི་ཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཁོ་ནའི་རིན་ལས་ཐོབ་དགོས་པར་ཡང་  
 ཡང་གསུང་། རྩོམ་བཙུན་ས་པཎ་གྱིས་རྩོམ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྤྱང་  
 གཡོག་ལ་འབད་པས་སྒྲ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་དངོས་སུ་ཞལ་གཟིགས་པ་  
 དང་། མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་དེའི་མཐུ་ལས་བརྟེས་པར་  
 གསུང་། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས། མདོར་ན་ཉམས་ཏོགས་ཆེ་ཆུང་  
 གང་སྦྱེས་གྱང་། །དད་པ་ཆེ་ཆུང་བསྐྱོམས་པའི་མཐུ་ཡིན་པས། །དངོས་གྲུབ་  
 འབྱུང་གནས་རིན་ཅན་སྒྲ་མ་ཡི། །ཡོན་ཏན་བསམས་ཤིང་སྦྱོན་ནས་མི་བལྟ་  
 བའི། །གདམས་པ་འདི་ཉིད་མཐེལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་  
 གོགས་མེད་མཐར་བྱིན་ཤོག །ཅེས་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་དད་གྲུས་

ཁོ་ན་ལ་བཏེན་ནས་སྐྱེ་དགོས་པར་གསུང་། རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་  
 རྣམས་ལས་ལམ་གྱི་སྟོན་དམ་པ་སྒྲུབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབས་པ་ཆེན་པོ་  
 མཛོད་པའང་དེ་ལྟར་དུ་ངེས་པ་བྱངས་ནས་གོ་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་སྒྲུབ་  
 མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཙམ་དང་། དམིགས་སྒྲོར་ཆུང་ཆུང་རེ་  
 ལ་འབད་པ་ཙམ་གྱིས་ལམ་འདིའི་གནད་ཏྲོགས་པར་མི་རུས་པ་ནི། རྗེ་རིན་  
 པོ་ཆེས། དེ་ལྟར་ན་སྒྲུབ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདམས་  
 པའང་སྒྲུབ་བཤད་པ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པ་ཐུན་རེ་ཙམ་ལ་སྦྱངས་  
 པས་ནི་གང་ཡང་མི་བྱིན་ལ། ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་བཤེས་གཉེན་  
 བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་ལ་ཡང་  
 དང་ཡང་དུ་བསམས་ནས་དད་གྲུས་ལྷགས་བྱ་སྦྱོང་ཞིང་། ལྷག་པར་  
 བཀའ་བློན་གསུམ་ལྟར་གྱི་སྒྲུབ་མ་དེ་ཉིད་མཆོད་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ངན་འགྲོའི་  
 འཇིགས་པ་འཕྲོག་ཅིང་། བློན་པ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བ།  
 གསོལ་བ་བཏབ་ན་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་བདེ་སྒྲགས་ཏུ་སྦྱོལ་བར་མཛོད་པའི་  
 རྒྱབས་གནས་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་  
 དུ་བསམས་ལ། རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒྲོ་སྟོན་བཅས་ཏེ་གདུང་ལྷགས་  
 བྱ་པོའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས། གཞན་ཡང་དགའ་ལྟོས་ལྷག་རྒྱ་ཆེན་  
 པོའི་བྱིན་རྒྱབས་ཉེ་བརྒྱུད་གྱི་སྒྲུབ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་།  
 སྒྲུབ་མའི་བཀའ་བློན་བློན་པའི་གསོལ་འདེབས་སོགས་འདོན་པ་ལྷག་ལེན་  
 ལ་ཡོད་པ་ལྟར་བྱ་ཞིང་། ལྷག་པར་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་འབྱུང་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་

འཆང་། །དམིགས་མེད་བཅེ་བའི་གཏེར་ཆེན་སྐུན་རས་གཟིགས། །འི་མེད་  
 མཁེན་པའི་དབང་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས། །བདུད་དབྱང་མ་ལུས་འཛོམས་  
 མཛེད་གསང་བའི་བདག །གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱུ་སྒོ་བཟང་  
 གྲགས། །སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ལ། །སྒོ་གསུམ་གྲས་  
 པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས། །རང་གཞན་སྤྲིན་ཅིང་གོལ་བར་བྱིན་གྱིས་  
 རྒྱུ་བས། །མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །ཞེས་པའི་  
 གསོལ་འདེབས་བརྒྱ་ཅ་སོགས་བྱའོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་རྒྱ་  
 རྒྱུ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་བདུད་ཅི་འབེབས་སྤྱད་བྱེད་ཅིང་། ཆོགས་  
 ཞིང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེལ་ས་ཀྱང་བདུད་ཅི་འབེབས་སྤྱད་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒྲ་  
 མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་  
 རྒྱུན་བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་  
 པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་དུ་  
 ཡང་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མའི་སྐྱེལ་བསྒྲོས་པ། གསུང་བཅག་པ། ཐུགས་དཀྱུགས་  
 པ། མ་དད་བརྟན་སྒོའི་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 སྤྲིག་སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁུ་དང་སོལ་ཁུའི་རྣམ་པར་དབང་པོའི་སྒོ་དང་བ་  
 སྤྲིའི་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་བྱིར་ཐོན་ནས་བསངས་ཏེ་དག །ལུས་དྲངས་  
 གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། བྱད་པར་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་མའི་སྐྱེལ་  
 གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་



ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པར་བསམ་མོ། །རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་  
 མཆོན་སྒྲགས་གསོལ་འདེབས་འདི་ནི་རྒྱུད་སྡེ་ནས་གསུངས་པའི་གསང་  
 སྒྲགས་ཟབ་མོ་དག་དང་བྱེད་ལས་མཚུངས་ཏེ། འདིའི་སྟོན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
 ཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཏེ་ནད་གདོན་སྡེག་སྒྲིབ་ནི་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆེ་  
 དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཞི་རྒྱས་དབང་དག་གི་ལས་རབ་འབྱམས་བསྐྱབ་ཏུ་ཡོད་ཅིང་། ཆར་འབེབས་  
 པ་དང་། སད་སེར་བསྐྱེད་པ་དང་། བུམ་པ་བསྐྱབ་པ་ཏེ། ས་བཅུད་འཕེལ་བར་  
 བྱེད་པ་སོགས་དགའ་ལྡན་བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེར་  
 སང་གི་བར་དུ་ཐུག་ལེན་མཛད་བཞིན་པ་ཡིན་པས་གངས་རིའི་ཁྲིད་ཀྱི་སྐྱེ་  
 འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཀྱང་གསོལ་འདེབས་འདིའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ཏོ། །ལྷག་  
 པར་རྗེ་སྒྲུབ་ལ་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་གནང་བའི་གདམས་  
 པ་ཐུན་མོང་མེད་པ། མ་དག་ཁྱུང་ཅིང་མི་ཤེས་བསལ། །སྐྱེ་ཡིས་ཆེ་ཞིང་  
 གསུང་གིས་གསལ། །ས་བོན་སྦྱར་བ་ཐུག་མཆོན་ཟབ། །སྒྲེགས་བམ་རལ་  
 གྱི་སྒྲེགས་རལ་གྱིས། །འཆད་དང་རྩོད་དང་རྩོམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་གྱི་ཤེས་རབ་སྟོ་འཕེལ་གྱི་གདམས་པ་ཁྱུང་པར་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འདིར་  
 ཉམས་སུ་སྤང་གསུང་། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་  
 ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་ས་བོན་རྒྱུ་ཡིག་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་དང་། རྗེ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་ཐུགས་ཀྱི་ས་བོན་ཐུན་མོང་མེད་པ་ནི་མི་རྒྱུ་གིས་མཆོན་པ་  
 ལ་བྱེད་གསུང་། དེའི་རྒྱུ་མཆོན་ཡང་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་



ལུང་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ། སློ་ལྟན་དང་པོ་ཡི་གེ་མ། །ཞེས་མཆོན་སྟགས་ཀྱི་  
 དང་པོ་མ་ཡིག་ལུང་བསྟན་པ་དང་མཐུན་ཞིང་། གཙོ་བོར་ནི་མཆོན་སྟགས་  
 ཀྱི་གསོལ་འདེབས་འདིའི་སློ་ནས་སྟགས་སྐྱུལ་བར་བྱེད་པའི་སླ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་ཆེན་འཇམ་དཔལ་རྒྱ་  
 མཚོ་དང་། མཁས་བྱུང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དང་། བ་སོ་ཆོས་རྗེ་རྣམས་ལ་  
 སོ་སོར་བཀའ་རྒྱས་བཏབ་ནས་གནང་ཞིང་། དུས་ཤིས་བྱུང་ཆེན་ཆོས་རྒྱ་  
 རྗེ་ལ་རྗེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་གནང་བ་ཡིན་གསུང་། སྤྱིར་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་བྱང་སྟོགས་འདིར་བྱུང་བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་སྟེལ་བ་ལ་བྱུང་  
 དབང་རང་ཉིད་དང་མཛད་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་པས་བཀའ་ངེན་ལྷ་མེད་ཡིན་  
 པ་དང་། རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་མའི་རྣམ་པར་བྱོན་པ་ཡིན་པ་འཇམ་  
 དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསལ་བར་ལུང་བསྟན་ཅིང་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་  
 དང་། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་། གསང་བའི་བདག་པོ་གཉིས་  
 ཀྱི་འང་ངོ་བོ་ཡིན་པས་རིགས་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་སྤྱི་ཡིན་པར་  
 བཀའ་གདམས་སྟེགས་བམ་ལས་གསལ་བར་བཤད་ཅིང་། དེའི་སྤྱིར་མཆོན་  
 སྟགས་གསོལ་འདེབས་འདི་ལ། ཤི་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད། རང་ཡོན་ཏན་  
 དེ་ལྟར། གསང་བ་སྟག་པའི་སྟ་གསུམ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་ཚུལ་རྣམས་  
 སུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ནང་སྤྱོད། གསང་སྤྱོད། དེ་རེ་རེ་  
 ལ་གསུམ་གསུམ་དུ་སྤྱི་བའི་དགུ་སྟོར་གྱི་སྤྱོད་ཐབས་ཐུན་མོང་མིན་པའང་  
 ཡོད་དོ། །གཞན་ཡང་འདི་དག་ལ། ཞི་བ་དཀར་པོ་བད་དཀར་འཛིན། ཅེས་

སོགས་འཇམ་དབྱངས་ཚོས་སྒྲོར་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ལས་ཚོགས་  
བྱུང་པར་ཅན་མང་དུ་ཡོད་དེ། ཞིབ་པར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཞལ་ལས་  
ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་ངེན་དྲན་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་  
བ་འདེབས་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་ཞིང་གསོལ་བ་  
འདེབས་པ་དང་། བཀའ་ངེན་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་  
ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱོང་ཞིང་  
གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་གསུམ།

འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
གསོལ་བ་འདེབས་པ། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསམས་  
པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ། རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསམས་  
པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་  
པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ནི།

ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །

མང་ཐོས་ནོར་བུའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གཏམས། །

དུར་སྤྲིག་འཛིན་པ་ཐུབ་དབང་གཉིས་པའི་རྩེ། །

གནས་བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདུལ་བ་སྤུང་བརྒྱ་པ་ལས། ཚུལ་བྲིམས་  
དང་ལྡན་འདུལ་བའི་ཆོག་ཤེས། རྟན་པར་སྦྱང་བཅེ་འཁོར་ནི་དག་པ་དང་། །  
ཆོས་དང་བླ་མ་ཐུག་པའི་འདོགས་ལ་བརྩོན་ཞིང་། དུས་སུ་འདོམས་པ་དེ་དག་  
སྒྲ་མར་བསྒྲགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་མ་  
ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། སྤྱིར་སྤྲོད་གསུམ་ལ་མང་དུ་ཐོས་པ་  
དང་ལྡན་ཞིང་། རྟན་པར་དགག་སྒྲུབ་གནང་གསུམ་ཀྱི་བཅས་པ་རྣམས་ཤེས་  
ཤིང་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་པ། སྤྱིར་སྤྲོད་མ་ལ་ཐན་སེམས་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་  
པར་ནད་པ་ལ་སྦྱང་བཅེ་བ། ཉེ་འཁོར་དག་པ། ཆོས་སྦྱོར་པའི་དུས་ལ་མཁས་  
པ་ལ་སོགས་པ་འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་བསམས་ལ་དད་  
པ་སྦྱོང་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པའོ། །གནས་བརྟན་ཞེས་པ་ནི། བསྟན་པར་  
རྩོགས་ནས་སྤྲོམ་རྒྱན་བར་མ་ཆད་དུ་ལོ་བཅུ་ལོན་པ། འདུལ་བ་ལ་མཁས་

ཞིང་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལག་ལེན་དུ་བྱེད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་གས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་གནས་བཟུང་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདུལ་བ་ལུང་གི་བར་སྒྲོམ་  
 ལས། ལོ་བཅུ་ལོན་དང་འཛིན་དང་མཁས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །ཐུབ་དབང་གཉིས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདུལ་  
 བའི་སྒྲེ་སྒྲོད་འཛིན་པའི་གནས་བཟུང་རྣམས་ལ་བསྐྱབས་པ་ཇི་ལྟར་མཛོད་པ་  
 ལྟར་ཉེ། འདུལ་བ་ལུང་ལས། དེའི་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་གང་ཟག་ལ་ཕན་ཡོན་  
 ལྟ་ཡོད་དོ། །འཁོར་བ་ཞེས་མདུན་དུ་བདར་བ་ཡིན། གདམས་ངག་དང་རྗེས་  
 སུ་བསྟན་པ་གཞན་ལ་རག་མ་ལུས་པ་ཡིན། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་  
 ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནང་གི་  
 མཛོད་སྤང་བ་ཡིན། དག་སྒྲོང་དང་བམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་བོན་འདུག་པ་ཡིན།  
 དམ་པའི་ཆོས་གནས་པའི་ཕྱིར་དང་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་ཀྱི་ཕྱིར་སྤྱི་བོ་མང་པོ་ལ་  
 ཕན་པ་དང་བདེ་བར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རང་གི་ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་  
 ལུང་པོ་ལེགས་པར་བསྐྱངས་ཞིང་སྤྲས་པ་ཡིན། འཁོར་བ་ཞེས་མཛོད་སྤང་དུ་  
 བསྐྱབ་པ་ཡིན། གང་ཟག་འགྲོད་པ་སྤྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།  
 དག་འདུན་ཀྱི་ནང་ན་བག་ཆ་བ་མེད་པར་གནས་པ་ཡིན། ཆོས་དང་མཐུན་  
 པས་ཕྱིར་གྲོལ་བ་ཆར་གཅོད་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། འདུལ་བ་འཛིན་པ་གནས་  
 པའི་སྤྱོད་པ་དེ་ངས་སྤང་བ་སྤྱེས་པ་དང་། གསལ་བ་སྤྱེས་པ་དང་། འོད་སྤྱེས་  
 པར་མཐོང་། སྤྱོད་པ་དེ་རང་སྤྱོད་པ་ལྟར་ལྟངས་ལྟར་སྤྱོད་པ་མཐོང་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡོན་ཏན་འབྱུང་གནས་

ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཆོ་ཆེ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་འདི་ནི། འདུལ་བ་  
 ལུང་ལས་མཁན་པོ་དང་གནས་ཀྱི་སླ་མར་རུང་བ་ལ་ལྷ་ལྷགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 དང་ལྷན་པར་དགོས་པ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བརྟན་མཁས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 གཉིས་དང་ལྷན་པ་ངེས་པར་དགོས་པར་གསུངས་པའི་གནད་རྣམས་བསྐྱུས་  
 པ་སྟེ་ཞིབ་ཏུ་བཀྲལ་ན་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ལོ། །འདུལ་བ་འཛིན་པ་བསྟན་པའི་བདག་  
 པོ་ཡིན་པ་ནི། དཔལ་ཨ་ཏི་ཤའི་ཞལ་ནས། རེད་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ལ་དོ་གལ་  
 ཆེན་པོ་འཕྲུ་བ་བློ་བྱར་བ་བྱུང་ན་སྟེ་སྟོད་འཛིན་པ་རྣམས་ཆོགས་ནས་སྟེ་  
 སྟོད་གསུམ་ནས་མ་བཀག་གམ། སྟེ་སྟོད་གསུམ་དང་མི་འགལ་ལམ་ཞེས་  
 གཏན་ལ་པབ་ནས་དེའི་སྟངས་ཏུ་འཛོག་པ་ཡིན། རེད་བྲི་ཀ་མ་ལ་ཤྱེ་ལ་བ་ལ་  
 དེའི་སྟངས་ཏུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོད་པ་ནས་མ་བཀག་གམ། དེ་དང་མི་འགལ་  
 ལམ་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་ལ། མདུན་མའི་ཞབས་འདུལ་བ་འཛིན་པས་འཇུག་པ་  
 ཡིན། ཞེས་གསུང་། དེ་ལྟར་འདུལ་བ་ནས་བཤའ་པའི་སླ་མ་ལ་ཚུལ་བྲིམས་  
 གཙང་བ་གཅིག་བྱས་མི་ཆོག་པར་སྟེ་སྟོད་གསུམ་ལ་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་  
 ལྷན་པ། ཏགས་ཆ་ལྷགས་མ་ཉམས་པ། འདུལ་བའི་ལས་ཀྱི་ཆོག་ཤེས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཐོག་  
 མར་སླ་མ་འཆོལ་བའི་ཆེ་གང་བྱུང་མི་བྱ་བར་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་  
 བཅུ་ལ་ལ་སྟོམ་པ་དང་གདམས་ངག་གི་བཀའ་བློན་ཞུས། དེ་ནས་རྒྱན་དུ་སྟོན་  
 པར་བལྟ་ཞིང་རང་ལ་གདམས་ངག་སྟོན་པའི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་  
 བཀའ་བློན་ཆེ་བར་བལྟ་བ་དང་། འདུལ་བ་ནས་བཤའ་པའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་



པར་ཅན་འདི་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་སྟེགས་མའི་དུས་འདི་འདྲ་བའི་  
སྐབས་སུ་འདུལ་བ་ནས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་བཤེས་གཉེན་  
འདི་ལྟ་བུ་དང་མཇུག་བ་བསོད་ནམས་རེ་ཆེ་སྟམ་དུ་དད་པ་ལྟར་ལྟར་བའི་སྒྲོ་  
ནས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་ཏུ་གདབ་བོ།

གཉེས་པ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་སྒྲུབ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་  
པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི།

གང་དང་ལྡན་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལམ། །

སྟོན་པར་འོས་པའི་ཡོན་ཏན་བཙུ་ལྡན་པ། །

མ་ལུས་རྒྱལ་བའི་གདུང་འཆོབ་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། །

ཐེག་མཆོག་དག་བའི་བཤེས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆོན་  
ཉིད་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ནི་བ་ཉེར་ཞི་པ། །ཡོན་  
ཏན་ལྟག་པ་བཙོན་བཅས་ལུང་གིས་སྤྱད། །དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་ཉོགས་པ་སྤྲུལ་པས་  
ལྡན། །བཙེ་བའི་བདག་ཉིད་སྒྲོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
དུལ་བ་ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ། ཞི་བ་ཉིད་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ། ཉེ་བར་  
ཞི་བཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟེ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་ལྡན་པ། རང་ལས་ལུང་

རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ། རོན་གཉིས་སྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་འགྲུས་ཆེ་བ། སྡེ་  
སྡོད་གསུམ་ལ་མང་དུ་ཐོས་པའི་ལུང་གིས་སྤྱག་པ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་  
ལུགས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ། གདུལ་བྱ་ལ་གདམས་ངག་འཆད་པ་ལ་  
མཁས་པ། སྦྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། ལྷག་པར་སློབ་མ་རྣམས་ལ་  
བཅེ་བ་ཆེ་བ། གདུལ་བྱའི་རོན་བྱེད་པ་ལ་སློབ་ལ་མེད་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་བཅུ་  
དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དེ་དག་གི་ཚུལ་ཞིབ་པར་འདིར་བཀོད་ན་མང་  
བར་འགྱུར་བས་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །འབྲོམ་  
རིན་པོ་ཆེས། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲ་མ་བྱ་བ་བཤད་པ་ན་འབྲུམ་གྲས་པར་གོ་བ་  
བསྐྱེད་ལ། ལག་ཏུ་ལེན་པ་ན་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་གང་པན་དང་ཐད་ཀར་རོན་  
དུ་གང་འགྱུར་སྟོན་པ་ཞིག་དགོས་གསུང་།

དེ་ཡང་ཆོས་ལས། དམན་པ་བསྟེན་པས་མི་དག་ཉམས་འགྱུར་  
ཞིང་། །ཐད་ཀར་བབ་པ་བསྟེན་པས་སོན་གནས། །གཙོ་བོ་བསྟེན་པས་དམ་  
པ་ཐོབ་འགྱུར་བས། །དེ་སྦྱིར་བདག་པས་གཙོ་རྒྱུར་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། རང་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ལ། དེ་  
ཡང་ཡོན་ཏན་ཆ་སྤྲོ་མོ་རེའི་ངོས་ནས་ལྷག་པས་མི་ཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ཆ་  
མཐའ་དག་ནས་ལྷག་པ་ཞིག་དགོས་ལ། གཙོ་བོར་འདུལ་བའི་བཅས་ཁྲིམས་  
ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་བྱེད་པ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གདམས་  
ངག་ཡོད་ཅིང་ལག་ལེན་ལ་ཅི་ཐེབས་བྱེད་པ་ཞིག་མེད་མི་རུང་དུ་དགོས་  
སོ། །དེ་ལྟ་མིན་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་མི་ཤེས་པར་ལམ་ལོག་

པར་སྟོན་པ་དང་སྤང་ན་ནི་ལམ་ལོག་པར་ལྷུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྟོང་ངན་  
རྣམས་གོས་ནས་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་གང་དང་ཉེ་བ་དེའི་སྟོང་པ་འགོ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྒྲིག་པ་  
ལ་སོགས་པ་ངེ་ངན་གྱི་སྟོང་ལ་ངེ་ངན་གྲོ་བ་དང་། ག་བྱར་དང་གྱུར་གྱི་ལ་  
སོགས་པ་གང་དུ་བཞག་པའི་སྟོང་ལ་ངེ་བཟང་གི་ངད་གྲོ་བ་མངོན་སུམ་དུ་  
སྤང་བ་བཞིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་མ་ཞོར་བར་སྟོན་  
པའི་ལྷ་མ་ནི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གདུང་འཆོབ་དང་། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་མཛད་པ་སྐྱབ་པ་པོ་ཡིན་པས། གོང་དུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་དེ་འདྲ་བའི་ལྷ་  
མ་ལ་ནི་སྒྲིགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་བསྟེན་བཀྱར་བར་མཛད་ན་སྟོབ་  
མ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་ཅི་སྟོས། དེས་ན་ཐོག་མར་ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་མ་ཞོར་བར་སྟོན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་  
ལྟན་པ་ཞིག་འབད་བ་དུ་མས་བཅའ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་ངེན་  
ཞུས། དེ་ནས་སྒྲིག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་དགོས་ཤིང་།  
ལྟག་པར་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་ཀྱིས་གསུངས་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དེ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྟོང་བ་  
དྲག་པོ་བཏོན་ནས་དད་པ་ལྷགས་དྲག་བསྐྱོམས་ཤིང་གསོལ་འདེབས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་རྩེ་རྩེ་ཐེག་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོ་  
ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི།

སྒྲོ་གསུམ་ལེགས་བསྐྱམས་སྒྲོ་ཆེན་བཟོད་ལྡན་དང་། །

གཡོ་དང་སྒྲུ་མེད་སྒྲགས་དང་རྒྱད་ཤེས་ཤིང་། །

དེ་ཉིད་བཙུ་བྱང་འབྲི་དང་འཆད་མཁས་པའི། །

རྩེ་རྩེ་འཛིན་པའི་གཙོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྩེ་རྩེ་ཐེག་པའི་སྒྲ་མའི་མཆོན་ཉིད་ནི། སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་  
པ་ལས། བཏན་ཞིང་དུལ་ལ་སྒྲོ་གྲོས་ལྡན། །བཟོད་ལྡན་དང་ལ་གཡོ་སྒྲུ་མེད། །  
སྒྲགས་དང་རྒྱད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ཤེས། །སྦྱིང་བཅེར་ལྡན་ཞིང་བསྐྱོན་བཅོས་  
མཁས། །དེ་ཉིད་བཙུ་བྱི་ཡོངས་སུ་ཤེས། །དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་བའི་ལས་ལ་  
མཁས། །སྒྲགས་བཤད་པ་ཡི་སྦྱོར་བ་ཤེས། །རབ་ཏུ་དང་ཞིང་དབང་པོ་དུལ།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་བློ་བཟོ་བར་བཞག་སྟེ་  
ལེགས་པར་སྒྲུ་མ་པ། ཤེས་རབ་ཆེ་བ། གཞོད་བྱིད་དང་། དཀའ་སྦྱད་དང་།  
ཆོས་བབ་མོ་ལ་བཟོད་པའི་བཟོད་པ་རྣམས་པ་གསུམ་དང་ལྡན་པ། སེམས་ཅན་  
ཀུན་ལ་སེམས་དང་བ། གཡོ་སྒྲུ་མེད་པ། སྒྲགས་དང་རྒྱད་ནས་བཤད་པའི་  
སྐྱོན་གྱི་སྦྱོར་བས་བགེགས་བསྒྲོག་བྱས་པ། སེམས་ལ་སྦྱིང་བཅེར་བ། སྦྱིར་  
རིག་གནས་ཀུན་ལ་མཁས་ཤིང་། ལྷག་པར་ནང་རིག་པ་སྟེ་སྦྱོད་གསུམ་ལ་

མཁམ་པ། དེ་ཉིད་བཙུ་བྱང་དང་ལྡན་པ། དཀྱིལ་འཁོར་ཐེག་ཆོན་གྱི་བྱི་བའི་  
 བྱ་བ་ལ་མཁམ་པ། གདུལ་བྱ་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་འཆད་པ་ལ་མཁམ་པ། ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་སྦྱི་དང་། བྱང་པར་སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་དད་གྲུས་བརྟན་པོ་དང་  
 ལྡན་པ། དན་ཤེས་ཀྱིས་དབང་པོའི་སྒོ་བསྐྱམས་པས་དུལ་བ་སྟེ་ཡོན་ཏན་དེ་  
 རྣམས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ཉིད་བཙུ་བྱང་ནི། རྩོ་  
 རྩོ་སྦྱང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས། ཕྱིར་བཞེག་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་ག་དང་། །གསང་  
 དང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་དང་། །ཁ་སྦྱོར་འབྲེད་པའི་ཆོ་ག་དང་། །གཏོར་མ་རྩོ་  
 རྩོའི་བཞུས་པ་དང་། །དག་ཤུལ་སྦྱབ་པའི་ཆོ་ག་དང་། །རབ་ཏུ་གནས་དང་  
 དཀྱིལ་འཁོར་སྦྱབ། །གསང་བའི་དེ་ཉིད་བཙུ་ཡིན་ནོ། །དཀྱིལ་འཁོར་ཉིང་  
 འཛིན་ཕྱག་རྒྱ་དང་། །སྒྲང་སྒྲབས་འདུག་སྒྲངས་བཞུས་བརྗོད་དང་། །སྦྱིན་  
 ཐེག་མཆོད་པ་ལས་སྦྱོར་དང་། །སྦྲར་སྦྱད་པ་ཡི་རྣམ་པ་ནི། །སྦྱི་ཡི་དེ་ཉིད་  
 བཙུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་དེ་ཉིད་བཙུ་དང་སྦྱིའི་དེ་ཉིད་  
 བཙུ་སྟེ། རང་གི་དེ་ཉིད་བཙུ་ནི། བསྐྱང་འཁོར་བསྐྱོམས་ནས་ཕྱིར་བཞེག་ལ་  
 མཁམ་པ་དང་། འཁོར་ལོ་བྱིས་པ་ལུས་ལ་བཏགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
 ཕྱིར་བཞེག་ལ་མཁམ་པ་དང་། བྱམ་དབང་དང་གསང་དབང་བསྐྱར་བ་ལ་  
 མཁམ་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་དང་དབང་བཞི་བ་བསྐྱར་བ་ལ་  
 མཁམ་པ་དང་། དབྱ་བོ་སྦྱང་མ་དང་སྤལ་བའི་ཁ་སྦྱོར་དབྱེ་བ་ལ་མཁམ་པ་  
 དང་། གཏོར་མའི་ཆོ་ག་ལ་མཁམ་པ་དང་། ཡིད་བཞུས། རྩོ་རྩོའི་བཞུས་པ།  
 དམ་ཆིག་གི་བཞུས་པ། ཁྱོགས་ཀྱི་བཞུས་པ། ཁོ་བོའི་བཞུས་པ། ཁོས་པའི་



བཟུངས་པ། གོང་བུའི་བཟུངས་པ་སོགས་བཟུངས་པའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་དང་།  
 ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་གྲུབ་ན་སྟོག་ཆོག་བྱ་བ་དག་ཤུལ་གྱི་ཚུལ་ལ་  
 མཁས་པ་དང་། རབ་གནས་གྱི་ཆོ་ག་ལ་མཁས་པ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་  
 མཆོད་ལ་མཁས་པ་རྣམས་སོ། །ཕྱིའི་དེ་ཉིད་བཅུ་ནི། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བའི་  
 ཚུལ་དང་ནང་དུ་དཀྱིལ་འཁོར་སྟོམ་པའི་ཚུལ་གཉིས་ལ་མཁས་པ་དང་། དང་  
 བོ་སྐྱོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་རྣམས་ལ་མཁས་པ་དང་། ལག་པའི་  
 ཕྱག་རྒྱ་ལ་མཁས་པ་དང་། གཡས་བརྒྱུད་དང་། གཡོན་བརྒྱུད་དང་། སུ་ག་  
 དང་། ལྷུམ་པོ་དང་། མཉམ་པའི་སྟབས་ལ་སོགས་པ་སྟངས་སྟབས་རྣམས་ལ་  
 མཁས་པ་དང་། རྟོ་རྩེ་སྐྱིལ་གྱུང་དང་སེམས་དཔའི་སྐྱིལ་གྱུང་ལ་སོགས་པ་  
 འདུག་སྟངས་ལ་མཁས་པ་དང་། བཟུངས་བཟོད་ལ་མཁས་པ་དང་། སྐྱིན་སྟེག་  
 ལ་མཁས་པ་དང་། མཆོད་པའི་ཆོ་ག་ལ་མཁས་པ་དང་། ལས་སྐྱོར་ལ་མཁས་  
 པ་དང་། གཤེགས་གསོལ་སོགས་སྒྲར་སྒྱུད་པ་ལ་མཁས་པ་སྟེ་བཅུ་ལོ། །དེ་  
 ལ་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མའི་སྟོབ་དཔོན་བྱེད་པ་ལ་ཕྱིའི་དེ་ཉིད་བཅུ་ཆང་དགོས་  
 ཞིང་། ལྷ་མེད་གྱི་རྟོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་བྱེད་པ་ལ་ནི་ནང་གི་དེ་ཉིད་བཅུ་ཆང་  
 དགོས་པར་གསུངས་སོ། །བཤད་རྒྱུད་རྟོ་རྩེ་སྟོབ་པའི་ལེ་ཏུ་དེ་ལྟ་བུ་ལས། ཞི་  
 བ་ལ་སོགས་ལས་ལ་བྱང་། །སྒྲགས་དང་རྣལ་འབྱོར་ཆོ་ག་ཤེས། །ཆོ་ག་ཉི་  
 ཤུའི་བྱ་བ་བསྐྱབས། །དེ་ནི་ལྷ་མར་མངོན་པར་བསྒྲགས། །ཚུལ་ཁྲིམས་དག་  
 ཅིང་སྐྱིན་པ་གཏོང་། །བཟོད་དང་བཙོན་འགྲུས་མཆོག་དང་ལྡན། །ཉིན་དང་  
 མཆོན་དུ་སྟོམ་ལ་ཞེན། །ཤེས་རབ་ལྡན་ཞིང་བཟོ་ལ་མཁས། །ལྷ་མའི་ཕྱིར་

ནི་ཡོན་ཏན་ཆོག་ལ། །དཔལ་ལྷན་སྟོབ་དཔོན་ཞེས་ནི་བཟོད། །ནང་དུ་གསང་  
 འདུས་ལ་རབ་དག་ལ། །ཕྱི་རོལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟོང་བ། །དེ་ལྟའི་མན་ངག་  
 རིམ་བཤིས། །སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་བསྐྱབ། །དེ་ནི་སྟོན་པར་ཡོངས་  
 སུ་གསུངས། །ཞེས་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་བྱེད་པ་  
 ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོང་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྣམས་ལ་སྟོབ་པ་དང་། །འདུལ་བའི་  
 བཅས་མཆོམས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་གནས་ནས་ནང་དུ་དཔལ་གསང་བ་  
 འདུས་པའི་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟོང་བ་ཞིག་དགོས་པར་གསུང་དོ་རྗེ་  
 གྱུར་ཀྱི་ལེ་འུ་བརྒྱད་པ་ལས། དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ལྷན་ཉིད། །དེ་ཡི་ཉི་  
 བར་བསྟན་པའི་སྤྲུག་ལ། །སྐྱབ་པ་པོ་ལ་འབྲུག་པོ་ཀྱེ། །བརྟན་ཞིང་ཟབ་མོའི་  
 ཆོས་ལྷན་དང་། །རིག་པའི་གནས་རྣམས་ཀྱན་ལ་མཁས། །སྦྱིན་སྲེག་དཀྱིལ་  
 འཁོར་སྤྲུག་ཤེས་ཤིང་། །རབ་གནས་གཏོར་མའི་པ་རོལ་སོན། །དེ་ཉིད་  
 བཅུ་པོ་རྣམ་པར་རིག་ །ཉན་ཐོས་སྟོང་བ་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། །སྤྲུག་ཀྱི་ཐེག་  
 པའི་རིམ་པར་གྱུས། །གཟུགས་ལྷན་མཐོང་ན་དགའ་བ་དང་། །དཀྱིལ་འཁོར་  
 འདྲི་མཁས་བསྐྱས་པར་ལྷན། །ཅ་བའི་ལྷུང་བ་རབ་འཛོམས་ཤིང་། །སྤྲུག་  
 དང་རྒྱུད་ཀྱི་རབ་སྟོར་ཀྱིས། །འཛིག་ཏེན་རྣམས་ལ་བདེ་སྟེར་བ། །དེ་འདྲའི་  
 སྒྲ་མ་དངོས་བྱས་ནས། །གང་གིས་ཀྱང་ནི་སྦྱང་མི་བྱ། །ཞེས་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཆང་བ་དང་། །སྤྲུག་པར་སྤྲུག་ཀྱི་ཅ་ལྷུང་  
 གིས་མ་གོས་པ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས། །སྟོ་གསུམ་ལེགས་བསྐྱམས་སྟོ་  
 ཆེན་བཟོད་ལྷན་བྱང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་ས་བཅད་འདི་སྟུ་འབྲུལ་བྱ་བའི་

རྒྱུད་དང་། རྟོ་རྩེ་སྤྱིང་པོ་རྒྱུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་རྒྱུད་མང་པོ་ནས་རྟོ་རྩེ་  
 སྟོབ་དཔོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་གསུངས་པ་རྣམས་སླ་མ་ལྟ་བུ་པར་བསྐྱུས་པ་  
 ལྟར་བཀོད་པར་སྤང་ལ། ཆོག་གི་སྦྱོར་བའི་བྲད་པར་ཅུང་ཟད་མ་གཏོགས་  
 རྒྱུད་ཆོག་ངེ་བཞིན་དུ་མཛད་ཅིང་། གསུང་འདིའི་དོན་མཐའ་ཆོད་པར་ཤེས་  
 པ་ལ་རྒྱུད་སྟེ་རྣམས་ནས་གསུངས་ཚུལ་དང་། རྒྱུད་ཀྱི་དོན་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་  
 གྱིས་ངེ་ལྟར་བཀྲལ་བ་ལྟར་ཤེས་དགོས་པས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེའོ། །དེས་ན་ཐོག་  
 མར་སྒྲགས་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་ཆོ། བཤད་རྒྱུད་རྟོ་རྩེ་སྤྱིང་བ་ལས། རྟོ་  
 ལྟར་རིན་ཆེན་བཅར་བ་དང་། །གསེར་ནི་བསྐྱེད་དང་བཅད་པས་བཟླ་། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ནི་སྟོབ་མ་ཡང་། །ལོ་ནི་བཅུ་གཉིས་བར་དུ་བཟླ་། །དེ་སྤྱིར་པན་ཚུན་  
 དེ་ལྟ་བུས། །དུས་ཀྱན་ཏུ་ནི་དེ་ལྟར་བཟླ་། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱི་དང་སྟོ་  
 བ་སྤང་བ་བཞིན་དུ་གང་བྱུང་བྱུང་ལ་མི་བརྟེན་པར་ལེགས་པར་བཟླགས་ལ་  
 མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དོན་  
 དམ་སྟེ་མ་ལས། ཚོད་ལྡན་དབང་གིས་སླ་མ་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་འབྲེས། །རྣམ་  
 པ་ཀྱན་ཏུ་སྤྲིག་པ་མེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་ཞིག་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ཡང་ནི་  
 ལེགས་དབྱུང་ནས། །དུ་རྣམས་གྱིས་ནི་དེ་ལ་བརྟེན་པར་འགྱུར་བའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུད་ནས་བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 ཆོད་བ་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་རྟོ་རྩེ་དཀའ་ཡང་མཆོན་ཉིད་མ་མཐའ་ཅིམ་  
 ཆོད་བ་ཞིག་འཛོལ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤང་དང་  
 དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་དང་བཅས་པ་རིག་མཛད་པ། །གང་དེ་ཆོད་མ་

ཉིད་འདོད་ཀྱི། །ཐམས་ཅད་རིག་མཛད་མ་ཡིན་ནོ། །རིང་པོ་མཐོང་བའམ་  
 མིན་ཡང་རུང་། །འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། །ཞེས་སྒྲུ་མ་པ་གསུམ་གྱི་  
 བཅས་མཆམས་ཀྱི་སྒྲུང་དོར་མ་ནོར་བར་སྟོན་པ་ཞིག་ལ་སྒྲུ་མར་འཛིན་པ་  
 ཡིན་གྱི། །སྒྲུང་དོར་མི་སྟོན་ན་མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་སོགས་ཡོད་པ་སྐད་  
 གྱེད་པ་ལ་སྒྲོ་གཏད་མི་རུང་བར་གསུངས། །སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་པ་ལས་ཀྱང་། །སྒྲོ་  
 ལྟ་སྒྲོ་བ་མས་སྒྲུ་མ་ནི། །སྟོང་རྗེ་མེད་ཅིང་ཁོ་ལ་གདུག །ཁེངས་ཤིང་ཆགས་  
 ལ་མ་བསྐྱམས་དང་། །སྒྲོ་མས་དང་བཅས་པར་མི་བྱའོ། ། ། །ཞེས་སྟོང་ཐག་པ་  
 རས་སྒྲགས་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་སྒྲོ་ལྟ་རྒྱུ་མས་ཀྱིས་སྒྲུ་མ་གང་བྱང་  
 བསྟེན་དུ་མི་རུང་བ་དང་། །ལྟག་པར་སྒྲོ་མ་པའི་བཅས་མཆམས་མི་བསྐྱུང་བའི་  
 བག་མེད་ཅན་བསྟེན་དུ་མི་རུང་བར་གསུངས། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་མང་པོ་ལས་  
 གསུངས་སོ། །དེས་ན་སྒྱུར་སྒྲུ་མའི་ཡོན་ཏན་བསམ་ཚུལ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་། །གདམས་ངག་འདིར་སྒྲོ་མ་པ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་ཚུལ་ཉིད་  
 མཛད་པ་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། །རྒྱུ་མ་སྒྲུང་མངོན་བྱང་དང་གསང་བ་སྒྱུ་རྒྱུད་  
 སོགས་རྒྱུད་སྟེ་དུ་མར་སྒྲགས་ལ་འཇུག་པ་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོ་མ་པ་དང་ལྟན་པ་  
 ཞིག་ཉིན་དུ་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། །བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་སྟེང་བར། །དེ་ལྟར་  
 ཆོ་ག་ཉི་ཤུའི་ལས། །གང་གིས་དེ་ཤེས་འགྲོ་བའི་སྒྲུ། །དགོ་སྒྲོང་དོ་རྗེ་འཛིན་  
 པས་བྱ། །ཞེས་དབང་བསྐྱུར་བའི་སྒྲོ་བ་དཔོན་དགོ་སྒྲོང་དོ་རྗེ་འཛིན་པས་བྱ་  
 བར་གསུངས། །དུས་འཁོར་དབང་ལོའི་འགྲེལ་པར་བྱངས་པ་ལས། །དེ་ཉིད་  
 བཅུ་ནི་ཡོངས་ཤེས་པ། །གསུམ་ལས་དགོ་སྒྲོང་མཆོག་ཡིན་འབྲིང་། །དགོ་

ཚུལ་ཞེས་བྱ་དེ་དག་ལས། བྱིས་ན་གནས་པ་ཐ་མཛོ། །ཞེས་དགོ་སྤྱོད་དོ་རྗེ་  
 འཛིན་པ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པ་དང་། ཏུས་འཁོར་གྱི་དབང་བསྐྱར་བའི་  
 སྐབས་སུ་དགོ་སྤྱོད་དང་། དགོ་ཚུལ་དང་། བྱིས་པ་རྣམས་ལ་དབང་སྟེགས་  
 མཐོ་དམན་གྱི་བྱད་པར་བྱ་བ་དང་། དབང་དངོས་གཞི་ལའང་མང་ཉུང་མང་ད་  
 པ་སོགས་མཆོག་དམན་གྱི་བྱད་པར་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བར་གསུངས། འགྲེལ་ཆེན་  
 གི་མེད་འོད་ཏུ་ཡུལ་དེར་དགོ་སྤྱོད་དོ་རྗེ་འཛིན་པ་བཞུགས་བཞིན་ཏུ་བྱིས་  
 པའི་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབང་བསྐྱར་དང་། རབ་གནས་གྱི་ཆོ་ག་སོགས་  
 བྱ་མི་རུང་བ་དང་། བྱིས་པའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་དགོ་སྤྱོད་དོ་རྗེ་འཛིན་པས་  
 ཕྱག་མི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་  
 ཞིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཚུལ་མང་ཏུ་གསུངས། རྒྱུད་གཞན་མང་པོར་ཡང་གསུངས་  
 ཏེ་ཁྱེད་རྣམས་དངས་ན་མངས་སུ་དོགས་པས་བཞག་གོ། །རྗེ་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པས་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་རྩོམ་ཆེ་བ་བརྗོད་པའི་ཆོ། སྟོམ་  
 པ་གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཆེ་བ་ཉིད་གཙོ་བོར་བརྗོད་དེ། ཚུལ་འདི་དག་ལ་  
 སྟོ་གོས་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསམས་ན་བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྩོགས་པའི་གནད་ལ་ངེས་པ་ཆེན་པོ་སྟེར་རོ། །དེ་ལྟར་སྤྱར་བ་ཤད་པའི་དོ་རྗེ་  
 སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་རྣམས་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བསམས་ལ། ཡིད་ཆེས་  
 གྱི་དད་པ་བཟོན་པོ་བསྐྱེད་ནས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་བོ།



གཏིས་པ་བཀའ་ངེན་རྗེས་སུ་བྲན་པའི་སྟོན་ས་གསོལ་བ་  
འདེབས་ཚུལ་ནི།

༥ སངས་རྒྱས་གངས་མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་བའི། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་ཏེ། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་གངས་མེད་བྱོན་པས་འདུལ་བར་མ་རུས་  
ཞིང་། བསྐྱལ་བཟང་འདི་ལ་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
ཀྱང་སྐྱབས་ནས་ཡལ་བར་དོར་བའི་སྟོན་ས་མ་ལུ་བདོའི་གདུལ་བྱ་དུ་སྟོན་  
བདག་འདྲེལ་རྒྱལ་བའི་ལམ་བཟང་སྟོན་པར་མཛད་པ་ནི། སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ལས་བཀའ་ངེན་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེའོ་སྟུང་དུ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས།

སངས་རྒྱས་གངས་མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་བའི། །

མ་རུངས་གདུལ་དཀའི་སྟོན་ས་དུས་འགྲོ་བ་ལ། །

བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་རྗེ་བཞིན་སྟོན་པ་ཡི། །

སྐབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་བཛྲོད་ཅིང་གསོལ་འདེབས་ལུགས་བྲག་ཏུ་བྱའོ། །དེ་ཡང་བསྐྱལ་  
བཟང་གི་སངས་རྒྱས་སྟོང་པོ་འདིས་སྟོན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་  
སྟོང་པོའི་བྱང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་། རང་རང་གི་ཞིང་བཟུང་བའི་ཆོ། ཅོད་  
ལྡན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་དུས་འདི་སུས་ཀྱང་གཟུང་མ་རུས་པར་དོར་བ་ན།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤྲུག་ཐུབ་པ་བྲམ་ཟེ་རྒྱ་མཆོའི་དུལ་དུ་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ་དེ་

ཉིད་ཀྱི་སྤྲུགས་རྗེས་མ་བཟོད་པར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡལ་བར་  
 རོར་བའི་འགྲོ་བ་དཔུ་མོད་ཅན་དེ་རྣམས་བདག་གཅིག་པུས་གདུལ་བར་བྱ་  
 ཞིང་། ཚོད་ལྡན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་བའི་དུས་དེར་བདག་འཆང་རྒྱ་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྷ་བརྒྱ་མཛད་ནས་ཞིང་འདིར་བྱོན།  
 བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན་དེ་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ཡང་། རྒྱལ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུགས་རྗེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པ་སྐྱབས་མགོན་ལྷ་མ་སྤྲུགས་རྗེ་  
 ཅན་འདིས་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བྱོན་ཡང་དེ་པན་ཆད་དུ་གསུང་དུ་མེད་  
 པའི་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ཆ་ཆང་རྫོགས་པར་བསྟན་པས་ན་བཀའ་བློན་དང་  
 སྤྲུགས་རྗེ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་ལུས་ཀྱི་བ་སྐྱ་གཡོ་བ་དང་། མིག་  
 རྣམ་མཆི་མ་འབྲུག་པ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་དད་གུས་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ནས།

ཐུབ་པའི་ཉི་མ་དུས་ཀྱིས་རུབ་བྱུར་ཏེ། །

མགོན་སྐྱབས་མེད་པའི་འགྲོ་བ་མང་པོ་ལ། །

རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་ཉི་བར་སྐྱབ་མཛད་པའི། །

སྐྱབས་མགོན་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ་སྤྲུགས་རྗེ་ཅན་དེས་  
 གྲང་འདུལ་བར་མ་རུས་པར་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན། དེའི་རྗེས་  
 སུ་རྒྱལ་བས་ལུང་བསྟན་པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་རྣམ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་པཎ་  
 གྲུབ་བབྲང་བ་ལས་འདས་པ་བྱོན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདུལ་བར་མ་

རྒྱས་པར་ལུས་པ་སྟོགས་མ་ལས་ཀྱང་སྟོགས་མར་གྱུར་པའི་དུས་འདིར་  
 དུས་ཆོད་གདུལ་དཀའི་འགྲོ་བ་བདག་འདྲ་བ་ལ་རྒྱལ་བའི་མཛོད་པ་སྐྱབ་  
 པར་མཛོད་དེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་མཛོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་  
 ཏུ་གྱུར་པ་ནི་གསུང་གི་མཛོད་པ་ཡིན་ཞིང་། སྐྱབས་མགོན་ཐཱ་མ་ཐུགས་རྗེ་  
 ཅན་འདིས་རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོམས་པར་མཛོད་པས་ན་བཀའ་ངེན་ནམ་ཡང་  
 འཁོར་ཐབས་མེད་དོ་སྟེ་དུ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་ནས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་  
 གདབ་པོ། །བཀའ་ངེན་རྗེས་དྲན་གྱི་གྲུས་པ་སྒྲིམ་པའི་སྐྱབས་འདིར་རྗེ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པས། འདི་ནི་བདག་གི་དགོ་བཤེས་ཆོས་སྒྲུབ། །ཆོས་ཀྱན་ཡོན་  
 ཏན་ཡོངས་སུ་སྟོན་བྱེད་དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་ལམ་ཡོངས་སྟོན་  
 པ། །ཡིན་ཞེས་སེམས་གཅིག་བསམས་ནས་འདིར་འོངས་སོ། །འདི་དག་  
 བསྐྱེད་པས་བདག་གི་མ་ལྟ་བུ། །ཡོན་ཏན་འོ་མ་ལྷུང་པས་མ་མ་འདྲ། །བྱང་  
 ཆུབ་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་ཡིན། །དགོ་བཤེས་འདི་དག་གཞོད་པ་རྣམ་  
 པར་བརྒྱུག །ཀླུ་ཤི་ཐར་བྱེད་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བདུད་རྩི་ཆར་འབབས་ལྟ་  
 དབང་བརྒྱ་བྱིན་འདྲ། །ཆེ་ཉི་ལྟ་བུར་དཀར་པོའི་ཆོས་ཀྱིས་རྒྱས། །ཞི་བའི་  
 རྩོགས་སྟོན་ཉི་མ་གསལ་བ་འདྲ། །དབྱ་དང་གྲོགས་ལ་རི་བོ་འདྲ་བ་སྟེ། །རྒྱ་  
 མཆོ་བཞིན་དུ་མི་འཁྲུག་སེམས་དང་ལྡན། །ཡོངས་སུ་སྦྱོང་དང་མཉན་པ་  
 འདྲ་བ་ཞེས། །དེ་འདྲའི་སེམས་ཀྱིས་ནོར་བཟང་འདིར་འོངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བདག་གི་སྟོན་སྦྱོང་པ། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་པོ་བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་བྱེད་

པ། །འདི་དག་བདག་བཞུགས་སངས་རྒྱལ་བཟུགས་པ་ཞེས། །དེ་ལྟར་དགོ་  
 བའི་སེམས་ཀྱིས་འདིར་འོངས་སོ། །འཇིག་རྟེན་སྐྱོབ་པས་དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་  
 ལྟ། །དེད་དཔོན་མགོན་དང་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན། །འདི་དག་བདག་ལ་བདེ་  
 སྐྱབས་མིག་ཡིན་ཞེས། །དེ་འབྲེལ་སེམས་ཀྱིས་དགོ་བཞུགས་བསྐྱེད་བཀྱར་  
 གྱེད། །ཅེས་སྒྲོན་གཞོན་རུ་ཞོར་བཟང་གིས་སྒྲ་མའི་བཀའ་ངིན་བློན་པའི་  
 གསོལ་འདེབས་ཇི་ལྟར་མཛད་པ་དེ་ལྟར། ཞོར་བཟང་ཞེས་པ་རྣམས་རང་ལ་  
 འདོན་པ་བསྐྱར་ཏེ་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་དང་བཅས་མིག་མཆི་མ་འབྱུག་བཞིན་  
 དུ་འདོན་ཞིང་དགོ་བའི་བཞུགས་གཉེན་རྣམས་ལ་བཀའ་ངིན་བློན་པའི་གྲུས་པ་  
 ཅི་སྐྱེ་བྱ་བར་གསུང་། འདིར་ཆིག་དེ་དག་དངོས་སུ་མི་བརྗོད་ཀྱང་། གསོལ་  
 འདེབས་ཀྱི་ཆེ་དོན་དེ་རྣམས་བསམས་ནས་བཀའ་ངིན་རྗེས་བློན་ཀྱི་གྲུས་  
 པ་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །དོན་ཇི་འཆང་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས།  
 འདས་པའི་སངས་རྒྱལ་མང་པོས་སྤངས་ཤིང་། །ད་ལྟ་ཕྱོགས་བཅུའི་འཇིག་  
 རྟེན་ཁམས་ན། །འཆོ་ཞིང་གཞེས་པའི་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས། །གདུལ་  
 བར་མ་རུས་མགོན་སྐྱབས་མེད་པའི། །བདག་ཅག་སྒྲིགས་མའི་འགྲོ་བ་དག་  
 ལ། །ཀྱུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་བསྐྱབ་པའི། །རྗེ་བཙུན་སྒོ་བཟང་ཆོས་  
 ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། །བཀའ་ངིན་བློན་པས་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཞེས་པ་དང་།  
 ཆོས་ཆིགས་བཅད་རེ་རེའི་དོན་ཀྱི་ཕྱིར། །མེ་འབར་བའི་འོབས་སུ་མཆོངས་  
 པ་དང་། །ལྷགས་གཟེར་རྣོན་སྟོང་གིས་ཕྱག་པ་སོགས། །སྒྲོན་ཐུབ་པས་  
 དཀའ་སྤྱད་ཇི་ལྟར་མཛད། །ལར་དེང་སང་འབད་རྩོལ་ཆེར་མེད་པར། །ཆོས་

མདོ་རྒྱུད་ཟབ་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག །པ་ཁྱོད་ཀྱི་བཀའ་ངོན་ཆེ་ལས་ཐོབ། །ངོན་  
འཁོར་ཐབས་མ་མཆིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །རྒྱ་དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་  
བར། །བདག་སྒོ་གསུམ་ཡོངས་སྤྱོད་དགོ་ཆོགས་བཅས། །རྗེ་ཁྱོད་མཉེས་  
བསྐྱབ་ཕྱིར་འབྲུལ་ལགས་ན། །ཐུགས་བརྩེ་བས་དགེས་བཞིན་བཞིས་སུ་  
གསོལ། །སྒོན་བསྐལ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ནས། །པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་  
ཡང་ཡང་བསྐྱབས། །ད་སྤར་ཡང་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་བར། །སྐྱབས་གཞན་  
ན་མེད་དོ་ལྷ་མ་རྗེ། །དུས་གནས་སྐབས་ཅི་འདྲར་གྱུར་གྱུར་རུང་། །སྤང་  
བདག་གི་སྤྱིད་སྤྱག་ལེགས་ཉེས་ཀྱན། །རྗེ་ལྷ་མ་ཁྱེད་རང་མཁྱེན་ལགས་  
པས། །ཐུགས་བརྩེ་བའི་ལྷགས་ཀྱས་གཟུང་དུ་གསོལ། །རྗེ་ལྷ་མའི་མཛེད་པ་  
ཅིར་སྤང་ཡང་། །སྒོ་ལོག་ཏྱིག་ཅུང་ཟད་མི་སྤྱེ་བར། །ལམ་ཟབ་མོ་ལྷ་མའི་རྣལ་  
འབྱོར་གྱིས། །དུས་གཏན་གྱི་མདུན་མ་གྱུབ་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པའི་  
དོན་རྣམས་ཀྱང་བསམ་མོ། །དེ་ནས།

དུས་གསུམ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས། །

གང་གི་བ་སྤྱིའི་བུ་ག་གཅིག་ཅེས་ཡང་། །

བདག་ཅག་བསོད་ནམས་ཞིང་དུ་ལེགས་བསྐྱགས་པའི། །

སྐྱབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་བཛྲོད་ཅིང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་སྤངས་ཏྱིགས་སོགས་ཡོན་ཏན་  
མཐོ་དམའ་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལས་ལྷག་པ་སུ་



ཡང་མེད་ཀྱང་། རང་ཉིད་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་དུ་སྤྱོད་གས་བཅུ་འི་  
 རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་སྤྲོ་མའི་བ་སྤྱི་བྱ་ག་གཅིག་ལྟག་པར་གསུངས་སོ་  
 སྟམ་དུ་དད་གྱས་བསྐྱོམ་ཞིང་། རང་གི་ངོས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ཀྱས་ན་  
 སྤྱོད་གས་བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་བ་དང་། བསྐྱལ་  
 ཆེན་གྲངས་མེད་མང་པོར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་གོ་འཕང་མཆོག་ཀྱང་སྤྲོ་མ་  
 ཐུགས་རྗེ་ཅན་འདིའི་མཐུ་ལས་སྤྱར་དུ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བས་ན་བཀའ་  
 རྒྱུ་དང་ཐུགས་རྗེ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་སྟམ་དུ་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་དུ་  
 གདབ་པོ། །སྤྱོད་མའི་ཆོགས་གསོག་པའི་ཞིང་དུ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
 ལས་སྤྲོ་མའི་བ་སྤྱི་གཅིག་ལྟག་པ་ནི། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་  
 ལེ་བྱ་བཅུ་བདུན་པ་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན་རིགས་ཀྱི་བྱ་སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་སྤྱོད་གས་བཅུ་ན་ངེ་སྟེད་བཞུགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་གསུང་དང་ཐུགས་རྗེ་རྗེ་ལས་བྱུང་  
 བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་བྱུང་པོ་ངེ་སྟེད་པ་དེ་བས་ཀྱང་། སྤྱོད་དཔོན་ཀྱི་བ་  
 སྤྱི་བྱ་ག་གཅིག་གི་བསོད་ནམས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་  
 པོར་གྱུར་པའོ། །སྤྱོད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པའི་བར་དུའོ། །ཞེས་དང་། སྤྱི་བྱ་ལས་ཀྱང་།  
 རྒྱལ་བས་མཆོད་པའི་སྤྱོད་དཔོན་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་ལ་སྤྱོད་གས་བཅུར་རྣམ་པར་  
 བཞུགས་པས་མཆོད་པར་བྱེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་

དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསོད་ནམས་གང་ཞིག་སྟོབ་དཔོན་གྱི་བ་སྤྱི་  
ཁུང་བྱིའི་ཅེ་མོ་ལ་མཐོང་བ་དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མཆོད་པ་བྱེད་པར་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས། སི་བྱ་ཁྱའི་  
འགྱུར་འགའ་ཞིག་ལས། གང་ཕྱིར་སྟོབ་པ་བྱེད་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། །བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསོད་ནམས་པས། །སྟོབ་དཔོན་བ་སྤྱི་ཁུང་གཅིག་  
མཆོག་ །དེ་ཕྱིར་སྟོབ་དཔོན་མཆོད་བྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་གཟིགས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་མན་སྟེར་ལམ་  
མ་ཞོར་བར་སྟོན་པའི་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་ལ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་མཆོད་པའི་  
གནས་སུ་མཛད་ན་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་ཅི་སྟོས་དགོས་པར་གསུངས།  
གཞན་ཡང་རྒྱུད་མང་པོ་ནས་གསུངས་སོ།།

གསུམ་པ་ཕྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
པའི་སྟོན་པ་གསལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ལ་བཞི།

༥ ཕྱིའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྟོན་པ་གསལ་བ་འདེབས་ཚུལ། ནང་གི་  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྟོན་པ་གསལ་བ་འདེབས་ཚུལ། གསང་བའི་ཡོན་ཏན་  
བརྗོད་པའི་སྟོན་པ་གསལ་བ་འདེབས་ཚུལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
པའི་སྟོན་པ་གསལ་བ་འདེབས་ཚུལ་སོ།།

# དང་པོ་སྤྱི་འོན་ཏེ་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་གསལ་བ་འདེབས་ ཚུལ་ནི།

༥ བདེ་གཤེགས་སྐྱ་གསུམ་རྒྱ་གྱུ་འཁོར་ལོ་ནི། །ཞེས་སོགས་ཏེ།  
འདི་དག་ལ་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་གངས་  
མེད་བྱོན་པས་མ་ཐུལ་བའི། །ཞེས་པ་ནས་ཆིགས་བཅད་འདིའི་བར་སྤྱི་འོན་  
ཏེ་བརྗོད་པའི་གསལ་འདེབས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཕུང་ཁམས་ཞེས་སོགས་  
ཆིགས་བཅད་གཅིག་ནང་གི་ཡོན་ཏེ་བརྗོད་པའི་གསལ་འདེབས་དང་།  
ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སོགས་ཆིགས་བཅད་གཅིག་གསང་བའི་ཡོན་ཏེ་  
བརྗོད་པའི་གསལ་འདེབས་དང་། སྤྱི་བ་མེད་ལྟ་སྤྱི་ཞེས་སོགས་ཆིགས་  
བཅད་གཅིག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏེ་བརྗོད་པའི་གསལ་འདེབས་སུ་བྱ་  
ཚུལ་དང་། ཡང་སངས་རྒྱས་གངས་མེད་ཅེས་པ་ནས་དུས་གསུམ་སྤྱི་གསལ་  
བརྗོད་ཞེས་པའི་ཆིགས་བཅད་ཀྱི་བར་སྤྱི་འོན་ཏེ་དང་། བདེ་གཤེགས་སྐྱ་  
གསུམ་ཞེས་སོགས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཕུང་ཁམས་ཞེས་སོགས་ཆིགས་བཅད་  
གཉིས་ནང་གི་ཡོན་ཏེ་དང་། ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སོགས་གསང་བའི་  
ཡོན་ཏེ་དང་། སྤྱི་བ་མེད་ལྟ་སྤྱི་ཞེས་སོགས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གསལ་  
འདེབས་སུ་མཛད་ཚུལ་དང་། ཡང་བདེ་གཤེགས་སྐྱ་གསུམ་ཞེས་སོགས་  
འདི་ཡན་སྤྱི་འོན་ཏེ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཕུང་ཁམས་ཞེས་སོགས་དང་། ཀུན་  
མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་ཞེས་སོགས་ཆིགས་བཅད་གཉིས་པོ་འདི་ནང་གི་ཡོན་ཏེ་

དང་། སྒྲིབ་མེད་སྟོན་སྒྲིབ་ཞེས་སོགས་ཆོག་བཅད་གཅིག་གསལ་བ་དང་།  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་ཀའི་གསོལ་འདེབས་སུ་མཛད་དེ། དེ་ལྟར་བཤད་ཚུལ་  
 མང་དུ་སྒྲུབ་ནའང་གདུལ་བྱ་རང་གི་མོས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལ་དོན་  
 འདུལ་། ཁོཅ་ཀྱང་སྒྲོ་བྲོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འདི་དག་གི་བསྐྱུས་དོན་མཛད་  
 ལུགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་སྦྱི་དང་། ལྷག་པར་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་  
 རིམ་གཉིས་ཀྱི་གནད་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་གོ་བ་བསྐྱེད་ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་སྒྲུབ་  
 རོ། ཁྱིམ་ལྟར་ཡང་འདིར་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་ནི། ལྷོགས་བཅུའི་ཞིང་  
 ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བདག་དང་བདག་འདྲ་བའི་  
 སྒྲིགས་མ་ལུ་བདོའི་འགྲོ་བ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་མེད་པ་  
 རྣམས་ཐེས་སུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར་དུ་བདག་ཅག་རང་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་ཐ་  
 མལ་པའི་གཟུགས་སུ་སྦྱལ་ཏེ་མཉམ་པའི་གཏེར་རྣམས་ཐོགས་པར་བསྟན་  
 ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྱིད་པར་མཛད་པ་ཡིན་པས་ཐུགས་རྗེ་ཆད་མེད་དོ་  
 སྟུམ་དུ་གུས་པ་བསྐྱོམ་ཞིང་།

བདེ་གཤེགས་སྐུ་གསུམ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི། །

ཐབས་མཁས་སྐུ་འཕུལ་བྱ་བའི་འཛོ་སྒྲིག་ལས། །

ཐ་མལ་ཚུལ་གྱིས་འགྲོ་བ་འདེན་མཛད་པའི། །

སྐབས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་བཛོད་དོ། །བདེ་གཤེགས་སྐུ་གསུམ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཞེས་པ་

ནི། རྒྱལ་བ་རྣམས་མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆེ་ཆོས་སྐུ་ཡོངས་  
 སྐུ་སྐུལ་སྐུ་གསུམ་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྷན་གྱིས་བྱལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་གྱི་  
 མཆོན་བྱེད་དུ་སྐུ་དོ་རྗེའི་ས་བོན་ཨོ་དང་། གསུང་དོ་རྗེའི་ས་བོན་ལྷན་དང་།  
 ཐུགས་དོ་རྗེའི་ས་བོན་རྩྱུ་གསུམ་གྱིས་སྐུ་བརྒྱན་ཅིང་། ཐུགས་སྒྲ་མེད་གྱི་  
 སྐལ་ས་གསུང་དོ་རྗེ་ཡོངས་སྐུར་བྱེད་པར་གསུང་བ་སོགས་གསང་བ་མཆོག་  
 ལས་བརྒྱལ་ས་ཏེ་བཤད་ཚུལ་མང་ཡང་མ་སྟོས་སོ། །སྐལ་ས་དོན་སྐུ་གསུམ་  
 མི་བད་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ཞེས་པ་དང་། སྐུ་གསུང་ཐུགས་གྱི་གསང་བ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཞེས་པ་དོན་འདྲ་ཞིང་། དེ་ལ་སྐུའི་གསང་བ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྲལ་བ་ནི། སྟོན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལྷགས་འཆང་གིས་ཤར་  
 རྩོགས་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དབྱེད་འདུལ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་མི་མཐེད་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་མཆོད་པ་དམ་ཆོས་ཉན་  
 དུ་ཡོངས་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུའི་ཆད་དང་དབྱའི་གཙུག་གཏོར་  
 གྱི་ཅེ་མོ་བལྟ་བའི་ཕྱིར་རང་གི་ལུས་དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དུ་སྐུལ་  
 བས་བལྟས་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་དཔག་ཆད་འབྲུམ་ཐུག་ཐུག་  
 ཅུ་ཅ་བརྒྱད་པར་མཐོང་ནས་སྐུའི་ཆད་མ་མཐོང་ཞིང་། །གཙུག་ཏོར་གྱི་ཅེ་མོ་  
 བལྟར་མི་བྱས་པ་ནི། རྩ་འབྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ་སྟོང་ཕྱོགས་སུ་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་གཤེད་སྐྱང་བྱེ་བ་ཐུག་བརྒྱའི་བྱེ་མ་སྟོང་འདས་ཏེ་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་ཅན་ཞེས་བྱ་བར་ཕྱིན་ཏེ་བལྟས་པ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་སྐུ་ནམ་མཁའ་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་བས་དབྱའི་གཙུག་ཏོར་མ་མཐོང་ཞིང་། སྐུའི་



ཆོད་མ་གཏོགས་སོ། །དེ་ནས་ཞིང་དེ་ན་བཞུགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 བརྒྱའི་དཔལ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྟོང་པོ་ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤྲུག་ཐུབ་པའི་སྐྱའི་  
 ཆོད་དང་དབྱའི་གཙོ་ར་ཏོར་གྱི་ཅེ་ཇི་ཅམ་ན་མཐོང་ཞུས་པ་ན། རྣམ་མཁའ་  
 མ་བཅད་གྱི་བར་དུ་མཐོང་མི་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་། རྣམ་མཁའི་ཆོད་ནི་ཇི་  
 ཅམ་པ། །སངས་རྒྱས་གཞུགས་ཀྱང་དེ་ཅམ་སྟེ། །འཛིག་རྟེན་མགོན་པོའི་  
 དབྱའི་གཙུག་ཀྱང་། །རྣམ་མཁའི་ཁམས་དང་མཚུངས་པ་ལགས། །རྣམ་  
 མཁས་ཇི་སྟེད་ཁྲབ་གྱུར་པ། །སྐྱེས་ཀྱང་དེ་སྟེད་ཁྲབ་པ་ལགས། །སྐྱེ་ཡིས་  
 ཇི་སྟེད་ཁྲབ་གྱུར་པ། །འོད་གྱིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྟེད་ཁྲབ། །འོད་གྱིས་ཇི་སྟེད་  
 ཁྲབ་གྱུར་པ། །གསུང་གིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྟེད་ཁྲབ། །གསུང་གིས་ཇི་སྟེད་ཁྲབ་  
 གྱུར་པ། །ཐུགས་གྱིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྟེད་ཁྲབ། །ཅེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་  
 སོ། །གསུང་གི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ནི། འཕགས་པ་མོ་ཏུ་འགལ་  
 གྱི་བུས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་ཆོངས་པའི་དབྱངས་གྱིས་ཇི་ཅམ་  
 ཁྲབ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་རི་རབ་གྱི་ཅེ་དང་། ཕྱིའི་ལྷགས་རི་ལྷ་ཁྱུང་སོགས་སུ་  
 ཕྱིན་ནས་ཉན་པ་ན་གསུང་སྒྲར་བཞིན་དུ་ཐོས། དེ་ནས་རྩ་འབྲུལ་གྱི་སྟོབས་  
 བསྐྱེད་དེ་རྒྱབ་སྟོགས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གསུམ་ལྷུང་དགུ་བཅུ་ཙ་  
 དགུའི་བྱེ་མ་སྟེད་འདས་པ་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྟེབ་ནས་ཉན་པ་ན། བྱ་རྒྱོད་ལྷུང་པོའི་རིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་མདུན་དུ་འདུག་སྟེ་ཉན་པ་དང་ཁྱུང་མེད་པར་ཐོས། ཞིང་དེ་ན་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་ཤིང་། དེའི་སྐྱེད་པ་ག་

ཆོད་ཅམ་པ་ཞིང་དེའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལུས་དཔག་ཆོད་ཐེད་  
 ཅམ་ཡོད་པས། མོ་ཁྱ་འགལ་གྱི་བྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་གི་ལྷུང་  
 བཟེད་གྱི་སྟོན་གདུ་བྱའི་ངོས་ལ་འཆག་ཅིང་འདུག་པ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དེ་དག་གིས་མོ་ཁྱ་འགལ་གྱི་བྱ་ལ་ཕྱག་གིས་རེག་ཅིང་། འདི་འདྲ་བའི་  
 སྟོག་ཆགས་ཆུང་དུ་དག་སྟོང་གི་གཟུགས་ཅན་ལྷུང་བཟེད་གྱི་གདུ་བྱའི་ངོས་  
 ལ་འགོ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་ཡ་མཆོན་དུ་བྱེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་འོད་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུས་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེས་འདི་མི་  
 མཐེད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གྱི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་ཉན་ཐོས་རྩ་འབྲུལ་  
 ཅན་གྱི་མཆོག་དེ་ཡིན་པས་འདི་ལ་བརྟམས་པར་མ་བྱེད་ཅིག་གསུང་། དེ་  
 རྣམས་མོ་ཁྱ་འགལ་གྱི་བྱས་རྩ་འབྲུལ་བསྟན་ཏེ་ཞིང་དེ་སྦྱིལ་བྱང་གཅིག་གིས་  
 ཁྲབ་པར་བྱས་པ་དང་། སྟོན་པ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་ཞིང་འདིར་འོངས་  
 པ་སོགས་རྒྱས་པར་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པའི་མདོ་ལས་འབྱུང་  
 འོ། ། སྦྱགས་གྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ནི། གཞུའི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་  
 སྟེད་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གྱི་རྩ་དང་ཤིང་ཐམས་  
 ཅད་མེར་བསྐྱེགས་ཏེ་ཐལ་བ་རྣམས་གཞུའི་སྤྱང་གི་གངས་དང་མཉམ་པའི་  
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་སྒྲགས་ནས་ལོ་སྟོང་གི་བར་དུ་དཀྱགས་ཏེ། དེ་  
 རྣམས་བཏོན་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཐལ་བ་དེ་དག་གི་རྩལ་ཕྲ་མོ་རེ་  
 རེ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གང་གི་ཡིན། ཡུལ་གང་གི་ཡིན། རྩ་ཞིང་གང་  
 དང་གང་གི་ཐལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པ་ན། སངས་རྒྱས་གྱི་མཁའ་པ་སྐྱོགས་

བ་མེད་པས་ཅིག་ཅར་གཟིགས་ཏེ། ཐལ་བའི་རྩལ་ཕྱ་མོ་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་  
 འདི་འདི་ག་ཏེན་གྱི་ཁམས་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡུལ་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 རྩ་དང་ཤིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དང་ཅ་བ་དང་། རྫོང་བྱ་དང་། ཡལ་ག་དང་། ལོ་  
 མ་དང་། འབྲས་བྱ་འདི་དང་འདིའི་ཐལ་བ་ཡིན་ཞེས་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་  
 སྟོན་པར་མཛད་གསུང་། དེ་ཡང་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མདོ་སྡེ་ལས་མཐུན་  
 པའི་ཚུལ་གསུངས་པའི་དཔེ་ཅམ་བཞོད་པ་ཡིན་གྱི། ཆོད་གཟུང་མི་རྣམས་  
 པ་ནི། བསྐྱུགས་འོས་བསྐྱུགས་བསྟོད་ལས། ཁྱོད་འབའ་ཞིག་གི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱིས། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བྱུང་ལགས་གྱི། ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྱི། །ཤེས་བྱ་ཁོ་ན་ལྷག་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དུས་གསུམ་གྱི་  
 ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་མཐུན་པས་ཅིག་ཅར་དུ་བྱུང་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 མཐུན་པ་ནི་ཤེས་བྱའི་ཆོད་དང་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཚུངས་སོ་ཞེས་པ་  
 ཅམ་ལས། འགྲོ་བ་ལྷ་དང་བཅས་པའི་ནང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུན་པའི་ཆོད་  
 གཟུང་རྣམས་པ་སྤྱི་ཡང་མེད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པ་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མདོན་སུམ་དུ་མི་རྟོགས་ཤིང་ཆོད་གཟུང་བར་མི་  
 རྣམས་པའོ། །མདོར་ན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས། ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་  
 ཀྱི་གསང་བ་ཡི། །ཚུལ་འདི་རྒྱལ་སྤྱས་རང་རྒྱལ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས། །རི་ཅམ་  
 བརྟགས་ཀྱང་སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་མིན་ན། །ཆོངས་དང་དབང་པོ་སོགས་ཀྱིས་སྒྲོས་

ཅི་འཆོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ལྟར་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་  
 བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་རྣམས་བདག་ཅག་གི་སྦྱོང་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་བར་  
 མ་ཟད་སོ་སྦྱེ་ལས་དག་ཡན་ཆད་ལ་སྤང་དུ་རུང་བའི་མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་  
 བའི་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱེ་ཡང་བདག་ཅག་རྣམས་ལ་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་མེད་པ་  
 བ། ཐུགས་རྗེ་དང་ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྦྱེ་འབྲུལ་ཆད་མེད་པས་བདག་ཅག་རང་  
 དང་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་ཐ་མལ་པའི་གཟུགས་ལ་རུས་རྫོས་བཅས་ཅན་འདི་  
 ལྟ་བུ་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་དད་གུས་བསྐྱོམ་ཞིང་གསོལ་  
 བ་འདེབས་པའོ། །འདི་ནི་བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་སྤེང་བར། ཕྱི་རུ་ཉན་ཐོས་སྦྱོང་བ་  
 སྦྱོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་ལོ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་སྟོགས་  
 དུས་སུ་ཐ་མལ་བའི་གཟུགས་འཛིན་པ་ནི་རྟག་གཉིས་དང་གྲུང་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱུད་མང་པོར་གསུངས་ཤིང་། ཡབ་སྲས་མཇུག་ བའི་མདོ་སོགས་མདོ་  
 སྤེ་མང་པོར་ཡང་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་གྲགས་ཆེ་  
 བ་དང་། མངས་སུ་དོགས་པས་མ་བཞོད་དོ། །ཚུལ་འདི་དག་ལ་སྟོན་གྱི་སྤེང་  
 གཞིས་ཀྱང་ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། སྟོན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་པའི་  
 དུས་སུ་འང་གདུལ་བྱའི་བསམ་པ་དང་བསྟན་ནས་ཐ་མལ་བའི་གཟུགས་མང་  
 དུ་བསྟན་ཏེ། སོར་སྤེང་ཅན་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དགོ་སྟོང་  
 རང་བཞིན་པ་ཞིག་ཏུ་བསྟན་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཀུ་པི་ན་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
 འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྦྱལ་ཞིང་། མོ་ཏུ་འགལ་སྟོན་པོ་ཆེན་པོར་སྦྱལ་བ་  
 དང་། དེ་བའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་འདུལ་བའི་ཕྱིར་དེ་བ་རང་བཞིན་པ་ཞིག་ཏུ་

སྒྲུ་ལ་པ་སོགས་ཐ་མལ་པའི་གཟུགས་བརྒྱུད་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་  
པ་མདོ་སྡེ་ལས་མང་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ནང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་  
འདེབས་ཚུལ་ནི།

ཁྱེད་གྱི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཡན་ལག་རྣམས། །

བདེ་གཤེགས་རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་སེམས་དཔའ་དང་། །

ཁྱོ་བོའི་དབང་པོའི་རང་བཞིན་མཆོག་གསུམ་གྱི། །

བདག་ཉིད་སྒྲུ་མ་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་བཀའ་ངེན་གསུམ་ལྟན་གྱི་སྒྲུ་མ་དེ་ཉིད་  
བདག་ཅག་སྐྱུན་མེད་ས་རྣམས་གྱི་སྤང་ངོར་རང་དང་སྐྱལ་བ་མཉམ་པའི་ཐ་  
མལ་པའི་ཚུལ་བརྒྱུད་ཡང་ནང་གི་ཕུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་ཐ་མལ་  
པ་མིན་པར་རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་དང་སེམས་དཔའ་བརྒྱུད་དང་ཁྱོ་བོ་བཙུ་ལ་  
སོགས་པ་མཆོག་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དོ་སྟོན་དུ་དད་གུས་  
ཆེན་པོས་གསོལ་བ་འདེབས་པའོ། །འདི་དག་གི་ཚུལ་ཞིབ་པར་ཆོགས་ཞིང་  
གསལ་འདེབས་པའི་སྐྱབས་སུ་བཞག་ཟིན་ཏོ། །



གསུམ་པ་གསང་བའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་  
འདེབས་ཚུལ་ནི།

ཀུན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་རོལ་པ་ལས་བྱུང་བའི། །

དགྲིལ་འཁོར་འཁོར་ལོ་བྱེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ། །

རིགས་བརྒྱའི་བྱུང་བདག་དྲོ་རྗེ་འཛིན་པའི་གཙོ། །

བྱང་འཇུག་དང་པོའི་མགོན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གསང་བ་ལྟར་ན་བཀའ་བློན་གསུམ་ལྟར་བློན་ཅན་  
ཙམ་བའི་སྤྲུལ་མ་འདི་ཉིད་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ནས་གསུངས་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རི་སྟོད་  
ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་པོ་དང་སྦྱལ་བྱེད་དང་བདག་ཉིད་  
ཡིན་ཞིང་། མདོར་ན་སྤྱོད་པ་བརྒྱའི་ཞིང་རབ་འབྱམས་ན་བཞུགས་པའི་  
རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱགས་རྗེ་དང་ཡེ་ཤེས་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱུས་པ་ལ་བྱུང་བདག་དྲོ་རྗེ་འཆང་ཞེས་མཆོན་དུ་བཏགས་པར་བསམས་  
ནས་མོས་གུས་ལྷགས་དྲག་བྱ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་པའོ། །བྱང་འཇུག་  
དང་པོའི་མགོན་པོ་འགྲུབ་ཚུལ་ནི། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས།  
སྒོག་འཛིན་ཆེས་སྤོར་བྱ་ཚུ་ཤེལ་ནི། །རྣམ་དག་འོད་གསལ་ལྟ་ཡི་ལམ་  
ལས་འོང་། །རབ་དཀར་སྒྲ་ཟེར་བྱེ་བས་འཁྱུད་པའི་སྒྲ། །བྱང་འཇུག་དང་པོའི་  
མགོན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ནང་དྲོ་རྗེའི་ལུས་ལ་གནད་

དུ་བསྐྱུན་པས་ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་རྒྱང་ནམས་རྒྱ་རྒྱུ་བསྐྱུས་ཏེ་ཐིམ་པ་  
 ལས་དཔེ་དང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ནམས་རིམ་གྱིས་འཆར་ཞིང་། བདེ་ཆེན་  
 ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་བཞོན་པ་དང་བཅས་པ་ལས་བྱང་འདུག་གི་སྐྱེ་  
 འབྱུག་། སྐྱེ་དེའི་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་ལས་བྱང་འདུག་དང་པོའི་མགོན་པོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱོ་ཐོག་། དེ་ཉིད་གྱི་ཐུགས་གྱི་  
 རོལ་པ་ལས་རིགས་བརྒྱ་ལ་སོགས་པར་འཆར་བར་གསུང་། རིགས་བརྒྱ་  
 བེ་ནམ་སྤང་གི་རིགས་ཉི་ཤུ། རིན་འབྱུང་གི་རིགས་ཉི་ཤུ། འོད་དཔག་མེད་  
 གྱི་རིགས་ཉི་ཤུ། དོན་གྲུབ་གྱི་རིགས་ཉི་ཤུ། མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་ཉི་ཤུ་སྟེ་  
 བརྒྱའོ། །རིགས་བརྒྱ་པོ་དེ་ཡང་བསྐྱུ་ན་དེ་ཉིད་རིགས་ལྔར་འདུ། དེ་ཡང་  
 བསྐྱུ་ན་གསང་བ་རིགས་གསུམ་དུ་འདུ། གསང་བ་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་ཡང་  
 བསྐྱུ་ན་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་སྟེ་དོ་རྩེ་འཆང་དུ་འདུའོ། །ཚུལ་འདི་དག་  
 བེ་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བའི་གནས་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་  
 སྤྱིང་པོའི་དོན་ཡིན་པས་གསོལ་བ་འདེབས་ཚུལ་འདི་ལ་གསང་བའི་གསོལ་  
 འདེབས་སུ་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་གསལ་  
བ་འདེབས་ཚུལ་ནི།

ཕྱི་བ་མེད་ལྟན་སྤྱི་ས་དགའ་བའི་རོལ་པ་དང་། །

དབྱེར་མེད་བརྟན་གཡོ་ཀྱན་བྱུང་བྱུང་གི་བདག །

ཐོག་མ་མཐའ་བྲལ་ཀྱན་བཟང་དོན་དམ་གྱི། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དངོས་ཁྱོད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་ངེས་དོན་གྱི་སྒྲ་མ་སྒྲོམ་ཚུལ་ཞེས་གྱང་

གསུང་། གསུང་འདིའི་དོན་ནི། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས། གཉིས་  
སྒྲ་སྒྲོམ་པའི་ཀྱན་རྟོག་དབྱེངས་སུ་ཐིམ། །སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་སྒྲུང་གི་རྒྱ་བ་  
བཅད། །ཐམས་ཅད་སྒྲོང་བ་ལྟན་སྤྱེས་དགའ་བའི་མཆོག །བདེ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་  
སྐུ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། འདིའི་གནད་ཞིབ་  
པར་རྟོགས་པ་ལ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་ཡིན་པ་དང་། དེ་བརྒྲེག་པ་  
ལ་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དགོས་པ་དང་། ཤེས་རབ་དེ་གོམས་  
བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་དང་མ་བྲལ་བར་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཐར་པ་  
ཐོབ་ལུགས་རྣམས་ལ་ཆོག་ཙམ་དུ་མ་སོང་བར་ངེས་པ་གཏིང་ནས་འཛོངས་  
པ་ཞིག་དང་། དེའི་སྤྱིང་དུ་སྒྲ་མེད་ནས་བཤའ་བའི་ཐུན་མོང་མིན་པ་འཁོར་  
འདས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་སྒྲུང་གིས་བྱེད་ལུགས་དང་། འཁོར་བའི་རྩ་བ་  
གཙོད་པ་ལ་ཀྱན་རྟོག་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་རྣམས་ཐིམ་དགོས་པ་དང་། ཀྱན་  
རྟོག་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་གི་རྒྱ་བ་བཅད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་  
བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་འགྲུབ་ལུགས་དང་། དེའི་མཐུ་ལས་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྐུ་འགྲུབ་  
ལུགས་ལ་སོགས་པ་ཤེས་དགོས་ལ། ཚུལ་འདི་ནི་རྒྱུད་སྤེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅེ་  
མོར་གྱུར་པ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་རྩ་བཤའ་ཀྱི་སྤྱིང་པོའི་དོན་ཡིན་ཞིང་།

མཐའ་དྲུག་དང་ཚུལ་བཞིའི་ནང་ནས་སྤྲོད་ཏེ་བཤད་པ་དང་། མཐའ་  
 ཐུག་ཏུ་བཤད་པའི་སྟོང་པོའི་དོན་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་གནས་འདི་  
 ཉོགས་པ་ལ་སྦྱར་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱ་མཐའ་དྲུག་དང་། བྱེད་པར་དཔལ་འདུས་པ་  
 ཅ་བཤད་ཀྱི་དོན་ལ་འདྲིས་པ་ཞིག་དགོས་གསུང་ངོ་། །ལྷ་མ་ཆོས་སྐྱེད་བལྟ་  
 བ་ནི་སྤྲུགས་སུ་མ་བཟད་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་སྟེ་ནས་བྱང་གསུངས་ཏེ། གོང་དུ་  
 བྱངས་བེན་པ་ལྟར་དོ་རྗེ་གཙོད་པ་ལས་གསལ་བར་གསུངས་ཤིང་། གཞན་  
 ཡང་མདོ་སྟེ་མང་པོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ་། །བྱེད་ཆེན་དཔེན་ས་པ་ཡབ་  
 སྤྲུག་གིས་ལྷ་མ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་པ་དང་། དེས་དོན་གྱི་ལྷ་མ་ཞེས་ཡང་ཡང་  
 གསུངས་པ་འདི་དག་རང་བཟོར་མཛད་པ་མིན་གྱི། རྒྱལ་བ་ཉིད་གིས་མདོ་  
 རྒྱུད་ནམས་སུ་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ། ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་སྟེ་ལས། རབ་  
 འབྱོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཉིད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །རབ་འབྱོར་པ་  
 རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཉིད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་  
 པོ་ཉིད་ནི་སྟོན་པའོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ནི་ལམ་མོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་  
 དྲུག་ནི་སྤང་བའོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ནི་སྦྱོན་མའོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་  
 དྲུག་ནི་འོད་ངོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ནི་སྐྱོབ་པའོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་  
 ་ནི་སྐྱབས་སོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ནི་གནས་སོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་  
 ་ནི་དབྱང་གཉེན་ནོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ནི་སྤྱིང་ངོ། །པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་

ཐུག་ནི་མའོ། །པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཐུག་ནི་པའོ། །པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཐུག་ནི་  
 ཤེས་པ་དང་རྟོགས་པ་དང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པར་བྱ་བའི་དོན་ཏུ་གནས་པར་གྱུར་པའོ། །ཞེས་དང་། ཤེས་ཕྱིན་ཡོངས་  
 གཏད་གྱི་ལེ་ཏུ་ལས། གུན་དགའ་བོ་མདོར་ན་རི་ལྟར་བྱོལ་གྱི་སྟོན་པ་ང་ཡིན་  
 བ་དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡང་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་  
 རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཏེ། །འབྲས་བུ་ཤེས་ཕྱིན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ལ་སྒྲ་མ་དང་སྟོན་པར་བལྟ་བར་མ་བྱད། ལམ་དུས་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
 པ་ཐུག་ཀྱང་སྒྲ་མ་དང་སྟོན་པར་བལྟ་བ་སྟེ། འདི་དག་ལ་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་  
 ཞེས་པར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་ལུགས་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་སོ། །དེས་  
 དོན་གྱི་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་དང་། དེས་དོན་གྱི་ཡི་དམ་ཞེས་པ་སོགས་ནི་དཔལ་  
 གསང་བ་འདུས་པ་རྩ་བ་ཤད་གྱི་མཐའ་ཐུག་གི་བཤའ་པ་ལས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་  
 བ་ལྟར་རོ། །བདེ་ཆེན་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་བརྟན་གཡོ་གུན་གྱི་  
 བདག་པོ་དང་། དེས་བརྟན་གཡོ་གུན་ལ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་གསུང་འདི་  
 དག་གི་དོན་ཤེས་ཏུ་རྟོགས་པར་དགའ་ཞིང་། མ་རྟོགས་ན་སྒྲ་མེད་གྱི་ལམ་  
 གྱི་སོག་མི་རྙེད་ལ། རྟོགས་ན་ཤེས་ཏུ་དོན་ཆེ་བ་དང་། རྒྱུད་སྤེའི་སྤྱིང་པོའི་  
 དོན་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་མཐའ་ཆོད་པར་བཤའ་དགོས་ནའང་སྒྲན་མོངས་  
 བདག་འདྲ་བས་ནི་འདིར་ཅུང་བྱད་བརྟེན་པ་དག་ཀྱང་སྒྲ་མ་དམ་པའི་གསུང་  
 ལ་རྗེས་སྒྲོས་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། རང་སྟོབས་གྱིས་གསང་བའི་གནས་འདི་དག་  
 འབྱེད་པར་ག་ལ་རུས། དེས་ན་རྒྱུད་དོན་མདོར་ཏུ་གྱུར་པའི་དམ་པ་རྣམས་



ཀྱིས་དོ་རྩེའི་ཆོག་འདི་དག་ཞིབ་ཏུ་དབྱེ་བར་རིགས་སོ། །འདི་ལྟ་བུའི་གསང་  
བའི་གནད་རྣམས་ནི་ལུང་ཅམ་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པ་རྣམས་དང་། རྟོག་གའི་  
རིགས་པ་ལ་མཁས་པ་ཅམ་ཀྱིས་ཆ་ཅམ་ཡང་ཤེས་པར་མི་བྱས་ཀྱི། སྒྲུབ་  
དམ་པའི་བཀའ་བློན་ཁོ་ན་ལ་རྒྱ་ལས་པར་གསུངས་ཏེ། རྟོག་གཉིས་ལས།  
གཞན་ཀྱིས་བཟོད་མིན་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས། །གང་དུ་ཡང་ནི་མི་ཉིད་དེ། །སྒྲུབ་འི་  
དུས་ཐབས་བསྟན་པ་ཡིས། །བདག་གིས་བསོད་ནམས་ལས་ཤེས་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་ཤིང་། དོ་རྩེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྱུང་།  
གཞན་ཀྱིས་བཟོད་མིན་བདེ་ཆེན་ལྟན་སྐྱེས། །གང་དུ་ཡང་ནི་ཉིད་པ་མིན་  
པ། །ཁྱོད་ཞབས་བསྟན་ཅིང་ཁྱོད་གསུང་ཐོས་པས། །མངོན་སུམ་འགྱུར་  
མཛད་བཀའ་བློན་སྒྲུབ་མཛོད། །རྩེ་བཙུན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན། །བཀའ་  
བློན་ཆེན་པོ་སྟོང་ནས་བྱུང་བས། །སྟོ་གསུམ་དང་བས་གསོལ་བ་འདེབས་  
སོ། །སྐྱེབ་བྲལ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ལྟན་སྐྱེས། །ལྷུང་བ་སྐྱེ་བར་བྱིན་ཀྱིས་  
སྟོབས་ཤིག །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

བཞི་པ་ལྷུང་ཚུགས་སུ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ཉིང་དེ་འཛིན་  
བྱེད་བང་བཞི་ལེན་ཚུལ་ནི།

ཁྱོད་ནི་སྒྲུབ་ཁྱོད་ནི་ཡི་དམ་ཁྱོད་ནི་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་

སྟེ། །དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་ཁྱོད་མིན་སྐྱབས་གཞན་  
མི་འཆོལ་བས། །འདི་དང་བར་དོ་སྤྱི་མཐུན་མཐར་ཡང་ཐུགས་རྗེའི་  
ཐུགས་རྒྱས་གཟུང་མཛོད་ལ། །སྤྱི་ཞིའི་འཛིགས་སྒྲོལ་དངོས་  
གྲུབ་ཀྱན་སྒྲོལ་གཏན་གྱི་སྟོགས་མཛོད་བར་གཅོད་སྤངས། །

ཞེས་ལན་གསུམ་དུ་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་གདབ་པོ། །དེའི་ཆེ་  
དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱ་ཚུལ་ནི། བཀའ་བློན་གསུམ་ལྟན་བློན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་  
མ་དེ་ཉིད་ལ་སྐྱབས་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་བལྟས་ནས་  
རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒྲོ་ལིང་བསྐྱར་གྱི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
འདེབས་པའོ། །འདིའི་སྐྱབས་སུ་སྒྲ་མཐུན་ཞབས་ལ་ཆོར་གྱིས་འདུས་ནས་སྤྱི་  
བོས་གཏུགས་ཏེ་གསོལ་བ་འདེབས་གསུང་། དེ་ཡང་བློན་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་  
ཁྱོད་ནི་སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་ཐུགས་རྗེ་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱས་ནས་ཉམ་ཐག་བདག་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་  
པོ་ལས་དངས་ཏེ། ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལ་འབྲིང་བྱེད་  
རང་དང་སྐལ་བ་འཆོམ་པའི་སྒྲ་མཐུན་རྣམ་པར་བྱོན་པ་ཡིན་པས། ད་དུང་བྱང་  
ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པས་བདག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་  
མ་སྤྱོད་ཀྱི་བར་དུ་ལམ་སྒྲ་དང་དུ་གསོལ། ཁྱོད་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་  
གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་ངོ་བོ་སྒྲ་མཐུན་རྣམ་པར་ཤར་བ་ཡིན་པས་བདག་སྤྱི་  
ཞིའི་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་སྐྱར་དུ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། ཁྱོད་ནི་ཡི་དམ་  
མ་ལུས་འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་བདག་ལ་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་

གྲུབ་སྦྱར་དུ་སྦྱུང་དུ་གསོལ། གནས་གསུམ་གྱི་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགྲོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུ་མ་རྟོ་རྟེ་འཆང་ཁྱོད་གྱི་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རྣམ་  
 རོལ་ཡིན་པས་ན་ཁྱོད་ནི་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་མངའ་བདག་དང་། མཁའ་  
 འགྲོ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་བདག་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་གྱི་  
 བར་དུ་ལམ་སྦྱར་དུ་བགྲོད་པའི་གྲོགས་མཛད་དུ་གསོལ། དུར་ཁྱོད་བརྒྱད་  
 དང་ཡུལ་ཉེར་བཞེར་བཞུགས་པའི་ཆོས་སྐྱོང་སྤང་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུ་མ་  
 རྟོ་རྟེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཐབས་མཁས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྦྱ་འབྲུལ་ཡིན་པས་ན།  
 ཁྱོད་ནི་ཆོས་སྐྱོང་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་བདག་བྱང་ཚུབ་  
 མ་ཐོབ་བར་དུ་སྤྱི་ནང་གི་འགལ་རྒྱུན་བར་གཅོད་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱུང་དུ་  
 གསོལ། མདོར་ན་འདི་སྤྱི་བར་དོ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུ་མ་རྟོ་རྟེ་འཆང་ཆེན་པོ་  
 ཁྱོད་ལས་ལྷག་པའི་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པས་ན་མ་ཡང་འབྲལ་བ་མེད་པར་  
 ཐུགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱས་བཟུང་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གདུང་  
 །ལྷགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་གདབ་པོ། །དེ་ལྟར་ལྷུང་ལྷུང་གསུམ་སྦྱ་གསོལ་  
 འདེབས་ལྷགས་དྲག་པོ་ལན་གསུམ་དུ་བྱས་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་  
 བཞི་ལེན་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐུས། །

སྒྲུ་མའི་སྦྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གནས་རྣམས་ལས། །

བདུད་རྩི་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་ཁ་གསུམ། །

རིམ་དང་ཅིག་ཅར་བྱང་ནས་བདག་ཉིད་གྱི།

གནས་གསུམ་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་ཐིམ་པ་ལས།

སྒྲིབ་བཞི་དག་ཅིང་རྣམ་དག་དབང་བཞི་ཐོབ།

སྐྱེ་བཞི་ཐོབ་ཅིང་སྒྲ་མ་གཉིས་པ་ཞིག།

དགྱེས་བཞིན་ཐིམ་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་བསམས།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱ་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་གདུང་བྱུགས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲ་མ་བྱུང་དབང་རྫོང་ཆེ་འཆང་ཆེན་པོ་བྱུགས་གཏིང་ནས་དགྱེས་ཏེ་སྐྱེ་བོའི་ཨོ་ལས་བདུད་ཅི་དཀར་པོའི་རྒྱན་བབས། རང་གི་སྐྱེ་བོ་ནས་ཞུགས། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱང་པར་དུ་ཐ་མལ་གྱི་སྒྲང་ཞེན་སྐྱངས། ལུས་པའི་དབང་ཐོབ། སྐྱལ་སྐྱེ་འབྱུང་པའི་རྒྱས་པ་བཞག་པའི་མོས་པ་བྱ། སྒྲ་མའི་མགོན་པའི་ཞུམས་བདུད་ཅི་དཀར་པོའི་རྒྱན་བབས། རང་གི་མགོན་པར་ཞུགས། རག་གི་སྒྲོ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱང་པར་སྒྲང་སྐྱགས་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲང་ཞེན་སྐྱངས། གསང་བའི་དབང་ཐོབ། ཡོངས་སྐྱེ་འབྱུང་པའི་རྒྱས་པ་བཞག་པའི་མོས་པ་བྱ། སྒྲ་མའི་བྱུགས་ཀའི་རྩྭ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲོན་པོའི་རྒྱན་བབས། རང་གི་སྒྲིང་གར་ཞུགས། ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱང་པར་གང་སྒྲང་བདེ་སྒྲོང་དུ་འཆར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བློ་མ་སྐྱངས། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་

གྱི་དབང་ཐོབ། ཆོས་སྐུ་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་པ་བཞག་པའི་མོས་པ་བྲ། ལྷ་མའི་  
 གནས་གསུམ་གྱི་ཡི་གེ་གསུམ་ལས་བདུད་ཅི་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་  
 ཅིག་ཅར་དུ་བབས། རང་གི་གནས་གསུམ་དུ་ཞུགས། རྒྱུ་གསུམ་ཐུན་མོང་  
 གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་སྦྱངས། དབང་བཞི་པ་ཆོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ།  
 འབྲས་བུ་བྱང་འཇུག་འབྲུག་པའི་རྒྱལ་པ་བཞག་བྱང་སྐུ་པའི་མོས་པ་བཏྲ་  
 པོ་བྱའོ། །བསྐྱུ་ན་དེ་ཅམ་དང་། ཡང་དབང་བཞི་སོ་སོའི་བཟོ་དོན་འཕྲོད་ངེས་  
 སུ་བྱ་བྱིར་ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཅམ་བྱེད་ན། སྒར་སྒར་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་  
 གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་དུ་བཏབ་ཅིང་། བདག་སྒྲགས་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་  
 སྐྱར་དུ་བྱང་འཇུག་གི་སྐུ་ཐོབ་པར་འདོད་པས། དེའི་སྒྲིན་བྱེད་དབང་བཞི་  
 ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱར་དུ་གསོལ་སྐུ་པའི་མོས་པ་དང་། ལྷག་པར་བུམ་དབང་  
 བསྐྱར་དུ་གསོལ་སྐུ་པའི་ཡིད་གྱིས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་བཏབ་པས། ལྷ་མ་  
 ཐུབ་དབང་དྲེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ཕྱོགས་བཅུར་  
 འཕྲོས། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཡབ་ཡུམ་ཐམས་ཅད་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་  
 སྐྱུན་དངས། ལྷ་མ་ཐུབ་དབང་དྲེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོས་དབང་བསྐྱར་བའི་  
 དགོངས་པ་མཛད། སྐྱུན་མ་ལ་སོགས་པའི་རིག་མ་དང་བཅས་པ་ནམ་མཁར་  
 བཞུགས་པ་རྣམས་གྱིས་གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རང་  
 གི་སྟེང་ཕྱོགས་སུ་འཛིན། ལྷ་གར་མཛད་ཅིང་རོལ་མོ་བརྒྱངས། མེ་ཉོག་དང་  
 གྱུར་གྱུམ་ལ་སོགས་པའི་ཆར་འབབས། ཐུག་གིས་ཅུང་ཟད་ཡོ་བར་བཟུང་  
 བའི་བུམ་པ་དཀར་པོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱི་བདུད་ཅིས་གང་བ་རྣམས་གྱིས་



དབང་བསྐྱུར། གཟུགས་དོ་རྩེ་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྒྲུ་  
 དབྱངས་ཀྱི་ཤིས་པ་བརྗོད། ཁྱོ་བོ་རྣམས་ཕྱོགས་མཆོམས་སུ་འཁོད་ནས་  
 བགོགས་བསྐྱུར། ཡོ་སར་ཏ་ཐུག་ཏ་ཨ་རྩི་ཤེ་ཀ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤེ་ཡེ་རྩྱུ། ཞེས་  
 གསུངས་ཤིང་ཚུ་རུབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲི་བོ་ནས་དབང་བསྐྱུར་བས། བདུད་ཅིའི་  
 ཚུས་ལུས་ཐམས་ཅད་གང་། སྒོག་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་།  
 མི་ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཆེ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལུས་ཀྱི་  
 སྒོ་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱུང་པར་ལུས་ཐམས་ཅད་  
 འཛིན་པའི་སྒྲུང་ཞེན་ཀྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་སྒྱུངས། ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ཅན་སྟེ་སྒྲུར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བྱས། ཚུའི་སྟག་མ་སྒྲི་གཙུག་  
 ཏུ་ཡར་ལུད་པ་ལས་སྒྲ་མའི་ངོ་བོ་མི་བསྒྲོད་པས་དབུ་བརྒྱན་པར་བསམ།  
 དེས་བྱམ་པའི་དབང་ཐོབ། གཙོ་བོར་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་རྣམས་གསུམ་སྒྲར་  
 བསགས་སྒྲོང་ཞིང་ཕྱི་མ་སྒོམ་པ་དང་། ལུས་ཐམས་ཅད་འཛིན་པའི་སྒྲུང་ཞེན་  
 ཀྱི་དྲི་མ་འཁྱུད་པས་ན་སྒྲུ་དོ་རྩེ་སྒྲོང་། བསྐྱེད་རིམ་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་  
 བསྒོམ་པ་ལ་དབང་། འབྲས་བྱ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་འབྲུབ་པའི་རུས་པ་བྱུང་པར་ཅན་  
 བཞག་བྱང་སྟམ་དུ་བསམས་ཤིང་། དབང་ལྷ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་ལུས་ལ་  
 བསྐྱེམས་པས་རྒྱད་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །དེ་ནས་སྒྲར་ཡང་  
 སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་ལ་མོས་གུས་ཤུགས་དཔག་པོའི་སྒོ་ནས་  
 བདག་ལ་གསང་དབང་བསྐྱུར་དུ་གསོལ་སྟམ་དུ་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་  
 པས། སྒྲ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་ཡུམ་དོ་རྩེ་དབྱངས་ཀྱི་དབང་ལྷག་མ་དང་

སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་སྟོར་མཆོམས་དང་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སྟོགས་  
བཅུར་འཕྲོས། སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཡབ་ཡུམ་སྟུན་དངས། སྒྲུ་མའི་སྟེ་པོ་  
ནས་ཞུགས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སུ་ཞུ་བ་སྒྲུ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ཡབ་  
ཡུམ་གྱི་སྟོར་མཆོམས་ནས་བདུད་ཅི་དཀར་དམར་གྱི་ཚོགས་དང་། སྟེའི་ཆ་  
ཐམས་ཅད་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་། རང་ལ་ཐེམ་པས་  
རང་གི་ལུས་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅིས་གང་ཞིང་། ལྷག་པར་མགྱིན་པའི་གནས་  
སུ་བདུད་ཅི་དཀར་དམར་དཔག་མེད་ཞུགས་པས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
བརྟུན། སྒྲུ་མ་ཆོག་ཅུ་བ། ངག་འབྲུལ་ལ་སོགས་པ་ངག་གི་སྟོན་ནས་བསགས་  
པའི་སྟོགས་སྟོབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱུང་པར་རྒྱུད་སྟུགས་སོ་སོར་སྦྱང་ཞིང་ཞེན་  
པའི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་སྦྱངས། ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་  
གྱུར། ལྷག་པར་ཅ་རྒྱུད་ཐེག་ལའི་ཁམས་རྣམས་ཀྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་  
དག་མ་དག་གི་སྟེ་ལུས་སྟོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས། འབྲས་བུ་ལོངས་སྟོང་  
ཚོགས་པའི་སྟེ་འབྲུབ་པའི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་ཅན་བཞག། །གསང་དབང་ཐོབ་  
བྱུང་སྟུམ་དུ་དགའ་བ་བསྟོམ། དེ་ནས་ཡང་སྒྲུ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་  
པོ་ལ་མོས་གུས་ཤུགས་དྲག་པོའི་སྟོན་ནས་བདག་ལ་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
དབང་བསྐྱར་དུ་གསོལ་སྟུམ་དུ་ཡིད་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲུ་མ་དོ་རྗེ་  
འཆང་ཆེན་པོའི་ཡུམ་དོ་རྗེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཐུག་མ་ལས་རང་འདྲ་གཉིས་  
པ་ཞིག་ཆད་དེ། རང་འདོད་སྟོན་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་ཡུམ་ལ་ཐེམ། དེ་དང་  
སྟོམས་པར་ཞུགས་པས་དགའ་བ་དང་། མཆོག་དགའ་དང་། བྱུང་དགའ་དང་།

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཐོབ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དུས་སུ་  
 ཀུན་རྟོག་གཡོ་བྱེད་དང་བཅས་པ་འགགས་ཤིང་། སྐྱོས་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་  
 ཞི་བའི་གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། བདེ་  
 ཆེན་འོད་གསལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མའོན་དུ་བྱས་པའི་མོས་པ་བཏན་པོ་བྲ། བདེ་  
 ཆེན་འོད་གསལ་འདི་ནི་སྟོ་གཅིག་གི་སྟེང་ནས་གཟུགས་སྐྱེ་དང་ཆོས་སྐྱེ་  
 གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་རུས་པའི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ཆེ་གཅིག་  
 ཉིད་ལ་བྱང་འཇུག་བསྐྱབ་པའི་ཉེར་ལེན་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པས། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ལྷན་སྐྱེས་བསྐྱེད་རུས་ན་རབ་དང་། དེ་མི་རུས་ཀྱང་  
 བསྐྱེད་རིམ་པའི་ཁྱེ་བདེ་བསྐྱེད་རུས་ན་དེའི་སྟེང་ནས་བསྐྱོམ། དེ་ཡང་མ་  
 རུས་ན་མ་མཐའ་ཆིག་རྗེས་འབྱང་བའི་གོ་བའི་སྟེང་ནས་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་  
 བ་བཏོན་ཏེ་སྒྲགས་ལམ་ཐབ་མོ་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱ་གསུང་ངོ་། །དེ་  
 ལྟར་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ། བརྒྱབ་སེམས། གཞོད་སེམས། ལོག་  
 ལྟ་ལ་སོགས་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་སྟོན་ས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། ཁྱད་པར་གང་སྤང་བདེ་སྟོང་དུ་འཆར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བྱི་མ་  
 སྤངས། །ལམ་འོད་གསལ་སྟོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས། འབྲས་བྱ་བདེ་ཆེན་  
 ཆོས་སྐྱེ་འགྱུབ་པའི་རུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་བཞག་བྱང་སྒྲམ་དུ་དགའ་བ་  
 བསྐྱོམ། དེ་ནས་ཡང་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་རྟོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ལ་མོས་གུས་  
 རྒྱགས་བྲག་པོའི་སྟོན་ས་བདག་ལ་དབང་བཞི་པ་ཆིག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་  
 བསྐྱར་དུ་གསོལ་སྙམ་དུ་ཡིད་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་

དོན་ཅེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་དབང་གསུམ་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་སུ་  
 ལུས་ལྟའི་སྐྱར་སྐྱར་བཞིན་པའི་དུས་ན། སེམས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་  
 བས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ངེས་པ་གཉིས་མཉམ་དུ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། དོན་  
 འདི་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་མཐར་ཐུང་སེམས་ཅམ་ལས་བྱུང་པའི་ལོངས་  
 སྤྱོད་རྫོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་རང་སྐྱར་གི་རིག་མ་དང་ཁ་སྐྱོར་བའི་ལུས་  
 ཅན་དང་། དེའི་དུས་ཉིད་ན་ཐུགས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་སྟོང་བ་  
 ཉིད་གཉིས་རོ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་འོད་གསལ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་གཉིས་རོ་  
 བོ་དབྱེར་མེད་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་  
 མཛོན་དུ་བྱེད་དེ། དེ་ནི་ཐོབ་བྱ་དོན་ཀྱི་དབང་བཞི་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ཞིང་དབང་བཞི་པ་བྱང་འཇུག་གི་དོན་ལ་ངོ་སྤྱད་ཅིང་། ལྷ་མ་ཐུབ་དབང་དོན་ཅེ་  
 འཆང་ཆེན་པོ་ཐུགས་ཞིན་ཏུ་དབྱེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་ལས་རང་འབྲུག་གཉིས་པ་  
 ཞིག་ཆད་དེ་རང་ཉིད་ལ་ཐེམ་པས། ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒོ་གསུམ་  
 ཀྱི་སྒྲིག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་དང་། ཁྱད་པར་གཉིས་སྐྱར་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་  
 ཐམས་ཅད་དག་སྟེ་འོད་གསལ་སྟོང་པའི་ངང་དུ་ཞུགས། འོད་གསལ་དེ་ལས་  
 རྒྱུ་ལས་ཉ་ལྡང་བ་བཞིན་དུ་སྐྱར་ཅིག་གིས་བྱང་འཇུག་དང་པོའི་མགོན་པོའི་  
 སྐྱེ་ལངས། ལྷ་མ་ཐུབ་དབང་དོན་ཅེ་འཆང་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་དང་  
 རང་གི་སྒོ་གསུམ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཏུ་སོང་བའི་མོས་པ་བརྟན་པོས་  
 མཉམ་པར་འཛོག་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེས་དབང་བཞི་པ་ཆོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ།  
 སྒོ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲིག་སྐྱབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྐྱེངས། ལམ་བྱང་འཇུག་



སྒྲིམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས། འབྲས་བུ་བྱང་འདུག་དོན་མཆང་ཆེན་པོའི་སྐུ་  
 ལྷུང་དུ་འབྱུང་བའི་རྒྱས་པ་བྱང་པར་ཅན་བཞག་བྱང་སྐྱམ་དུ་དགའ་བ་བསྒྲིམ་  
 མོ། །དེ་ལྟར་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་ལེན་ཚུལ་རྒྱས་པ་བྱ་ཚུལ་དེ་ནི་  
 བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པའམ། དེ་  
 མིན་ཡང་སྐྱེའི་སྐྱོང་ཚུལ་ཡིན་གྱི། བྱང་པར་དོན་མཆིགས་བྱེད་གྱི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལ་ཆིག་སྐྱེལ་དུ་བྲས་ཏེ་ཆོགས་ཞིང་གི་གཙུག་པོའང་དོན་མཆིགས་  
 བྱེད་གྱི་རྣམ་པར་བྲས་ནས་སྐྱོང་ན། ལྷ་མ་དོན་མཆིགས་བྱེད་ཆེན་པོའི་སྐུའི་  
 གནས་ལྷར་འཛིགས་བྱེད་རིགས་ལྷ་བཞུགས་པ་ལས་རིགས་ལྷ་ཆད་དེ་  
 བུམ་དབང་བསྐྱར་བ་སོགས་དབང་བཞི་ལེན་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་ཤེས་དགོས་  
 པས། དེ་ནི་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས་དོན་མཆིགས་བྱེད་གྱི་ལྷ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཆོགས་ཞིང་གི་གཙུག་པོ་མི་བསྐྱོད་དོན་མཆིགས་  
 བསྐྱེད་ནས་འདུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཆིག་སྐྱེལ་དུ་བྱེད་ན། དབང་བཞི་ལེན་  
 ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རམ། འདུས་པའི་དགྱིལ་ཆོག་ནས་རི་ལྷར་འབྱུང་  
 བ་ལྷར་ལེན་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི་དོན་མཆང་སློབ་ཐབས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
 མཆོན་གྱིས་གསང་བ་འདུས་པའི་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་  
 བྱའོ། །ཆོགས་ཞིང་གི་གཙུག་པོ་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པར་བསྐྱེད་ནས། དེ་ལ་བཏེན་  
 པའི་དབང་བཞི་ལེན་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་བྱེད་ན། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་  
 ཆེན་པོས་བདེ་མཆོག་གི་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ། །ཉིང་  
 རེ་འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་ལེན་ཚུལ་དེ་དག་ནི་རྒྱལ་བ་ཙུང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱེན་



རྒྱུ་ཀྱི་མཁ་རག་གྲུབ་ཆེན་དབེན་ས་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་ཡི་གེར་འགོད་པར་  
 མཛོད་པ་ཡིན་པས། རོན་དུ་ན་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་ཉིད་དུ་  
 ཡིད་ཆེས་པར་བྱའོ། །སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དབང་  
 བཞི་ལེན་ཚུལ་འདི་དག་ལ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ནས་བཟུང་དབེན་ས་  
 པ་ཡབ་སྲས་རྣམས་བསྐྱགས་པ་ཆེ་བར་མཛོད་ཅིང་། བདག་གི་སྒྲུ་མ་དམ་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཀྱང་སྐྱགས་ལམ་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བ་  
 མེད་མི་རུང་དུ་མཛོད་ཅིང་ཡང་ཡང་བྱ་དགོས་ཚུལ་དང་། མ་མཐའ་ཉིན་  
 རེར་ཆར་རེ་མ་ཆག་པ་དགོས་ཞེས་འདོམས་པར་མཛོད་དོ། །དེ་ལྟར་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་གྱི་དབང་བཞི་སྒྲངས་ནས་རང་བཟུང་འཇུག་དང་པོའི་མགོན་པོ་དོ་རྗེ་  
 འཆང་དུ་གྱུར་པ་དེ་གའི་ངང་ནས་སྐྱགས་བཞུ་བའམ། ཡང་སྒྲུ་མ་སྟོང་དབུས་  
 སུ་བྱོན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བའི་རྒྱུང་སེམས་དང་དབྱེར་མེད་པའི་སྒྲུ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་  
 ཆེན་པོའི་སྐྱགས་ཀར་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟེང་དུ་རྩྱུ་ཡིག་གི་མཐར་  
 སྐྱགས་སྟེང་མགོ་བྱེན་དུ་བསྟན་ཅིང་གཤམ་སུ་བསྐྱོར་བ་མར་མེའི་སྟེང་བ་  
 འཁྲིགས་པ་ལྟ་བུ་སྐྱགས་ཀྱི་སྒྲུ་ལྟར་ལྟར་བར་སྐྱོག་བཞིན་པ་ཞིག་གསལ་  
 བཏབ་ལ། སྐྱགས་སྟེང་རྩྱུ་དང་བཅས་པ་ལས་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས།  
 སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕོག་པས་མ་དག་པ་སྦྱངས་ཏེ་སྟོད་ཐམས་  
 ཅད་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་གྱུར། ཡང་འོད་ཟེར་སྟོགས་བཅུར་འཕྲོས། རིགས་  
 དུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕོག་པས་སོ་སོའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་རྣམས་སྦྱངས་  
 ནས་དོ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱུར་གྱུར། རང་དང་སེམས་ཅན་སྟར་གསལ་བ་ཐམས་

ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀའི་སྒྲགས་སྤང་ལས་འོད་ཟེར་གྱི་སྒྲོ་བསྐྱུ་དང་། རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་ལས་འབེབས་པའི་དམིགས་པ་དང་བཅས་སྒྲགས་བཞུ་བར་  
བྱའོ། །བཞུས་བྱའི་སྒྲགས་ནི་ཐོག་མར་སྒྲ་མའི་མཆོན་སྒྲགས་བཞུ་བར་  
གསུངས་པས། བདག་གི་སྒྲ་མ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ནི། ཨོ་ཞུམ་རུ་སུ་མ་ཏི་རྩོ་ན་  
སིརྩི་ཏྱི་ཏྱི། ཞེས་པ་འདི་བཞུ་བར་མཛད་ཅིང་། སྒྲོ་བ་མ་ལའང་འདིའི་  
དམིགས་པ་སྟོན་ལ། ཐུན་དངོས་གཞིར་མ་བཟད་ཐུན་མཆོམས་རྣམས་སུའང་  
མཆོན་སྒྲགས་འདི་རང་བཞུ་བར་མཛད་དེ། །

དེ་ནས། ཨོ་ཐུ་ནི་ཐུ་ནི་མརྩ་ཐུ་ན་ཡེ་སྤྲ། ཞེས་ཐུབ་དབང་གི་  
གསུངས་ཅི་མང་བཞུ། དེ་ནས། ཨོ་ཞུམ་རྩ་རྩ་ཏྱི་ཏྱི། ཞེས་དོ་རྩེ་འཆང་གི་  
གསུངས་ཅི་མང་བཞུ། དེ་ནས། ཨོ་ཞུམ་རྩོ། མང་དུ་བཞུ་བར་གསུང་ངོ། །དེ་ལ་  
སྒྲ་མའི་མཆོན་སྒྲགས་བཞུ་བ་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ཀྱི་མཐུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་སྟེ།  
མཁས་གྲུབ་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་གསོལ་  
བ་བཏབ་པ་ལས་སྒྲ་མའི་མཆོན་སྒྲགས་འདྲེན་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ་ན་བྱིན་  
རྒྱལ་ཆེ། ཞེས་གསུང་། གཞན་ཡང་སྒྲོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་སྒྲོས་  
ལོ་རྒྱས་མང་དུ་སྤྱང་ངོ། །དེ་ཡང་སྒྲ་མའི་མཆོན་སྒྲགས་ལ་བྱིན་རྒྱལ་ཆེ་  
ཆུང་ནི་སྒྲོ་བ་མ་རང་གི་དད་པ་ལ་རག་ལས་ཏེ། སྒྲོ་བ་མའི་ངོས་ནས་སྒྲ་མ་དེ་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ངོ་བོར་སྦྱང་ཐག་པ་ནས་བཟླ་ཞིང་མོས་  
གྲུས་བཅོས་མིན་ཞིག་ཡོད་ན། སྒྲ་མའི་ངོས་ནས་རྒྱད་མཐོ་དམའ་ཅི་འདྲ་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་སྒྲོ་བ་མ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་འདུག་

པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལས་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་  
 བ་བཏབ་པ་གྱིན་རྒྱལ་སྐྱུ་ར་བ་འབྱུང་། སྒྲོ་བ་མའི་ངོས་ནས་དད་མོས་མེད་  
 བ་སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་ཡང་གྱིན་རྒྱལ་སྐྱུ་ར་གང་ཡང་མི་འཇུག་སྟེ། བོ་  
 ཏོ་བའི་བེའུ་བུམ་ལས། སྒྲུ་མ་གྱིན་རྒྱལ་སྐྱུ་ར་ཆེ་དང་ཆུང་བ། །དངོས་ལ་མ་ཡིན་  
 རང་ལ་རག་ལས། །བྱས་གཞོ་མེད་ཅིང་ཡིད་མ་ཆེས་ན། །འཇམ་དཔལ་སྐྱུ་  
 རས་གཟིགས་དངོས་གྱོན་ཡང་། །དེ་ཡི་དོན་དུ་ཅིར་ཡང་མི་འབྱུང་། །དེ་ལ་  
 ཡིད་ཆེས་གུས་ཤིང་བྱས་གཞོ། །ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སྒྲུ་མ་མིན་ཡང་། །དེ་  
 ལ་དེ་ཡི་གྱིན་གྱི་རྒྱལ་སྐྱུ་ར་འཇུག་། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདི་དག་ལ་སྒྲོན་  
 དག་བཙུང་བ་ལ་དད་པའི་ཀླན་མོ་ཞིག་ལ་མི་ཞིག་གིས་སྤྱིའི་སོ་ཞིག་གྱིན་  
 བས། །འདི་དག་བཙུང་བའི་ཆེ་མས་ཡིན་བྱས་པས། ཀླན་མོས་ཡིད་ཆེས་  
 བྱས་ནས་རྒྱུ་ར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པས། བུ་ཞིག་  
 བ་སོ་དེ་ལ་རིང་བསྐྱེལ་དང་འོད་འཕྲོ་བ་སོགས་བྱུང་སྟེ། ཀླན་མོས་དངོས་  
 གུ་བཙུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིང་གཞི་མང་དུ་སྒྲུང་བས། སྒྲོན་གྱི་བྱུང་བ་དེ་དག་  
 བསམས་ནས་ཀྱང་ངེས་པ་བསྐྱེད་དོ། །ཁྱུ་དབང་གི་གཟུགས་སྒྲགས་འདི་  
 ལན་རེ་བསྐྱེས་པས་ཀྱང་བསྐྱེལ་བ་ཁྱི་སྐྱུ་མང་པོའི་སྤྱིག་སྤྱིབ་འདག་པར་  
 མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། རྫོ་རྩེ་འཆང་གི་གཟུངས་འདི་ནི་མཆོག་སྐྱུ་བ་པའི་  
 ཐབས་སུ་དཔལ་འདུས་པ་རྩེ་བཞུགས་ཀྱི་རྒྱུ་རྒྱལ་སྐྱུ་ར་ཆེར་བསྐྱེད་པ་  
 ལྟར་དོ། ཨོྫེ་ཨོྫེ། གསུམ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུ་གསུང་བུགས་  
 ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུ་ར་སྤྱི་བཞི་ནས་གསུངས་པའི་གཟུངས་སྒྲགས་བཟུང་

ཁྱད་ཅན་རི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱས་མཐུ་འདི་ལ་ཡོད་  
 དེ། གཟུངས་སྒྲགས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་  
 གང་བསྐྱབ་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་འདིས་རྒྱས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་བསྐྱེད་རིམ་  
 ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཞི་རྒྱས་དབང་དྲག་གི་ལས་ཆོག་སྐྱབ་པའི་  
 ཆེ་འབད་ཀྱང་མ་གྲུབ་ན་ཡི་གོ་གསུམ་པོ་འདིའི་སྒྲོན་ས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་  
 ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱལ་ཏེ་བསྐྱབས་ན་ངེས་པར་འབྱུང་པར་འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་  
 ལེ་ཏུ་བཅུ་པ་ལས་གསུངས། རང་ལ་མཆོག་ཏུ་གཞོལ་བའི་རྫོགས་རིམ་གྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཡི་གོ་གསུམ་པོ་འདིའི་སྒྲོན་ས་ཞི་རྒྱས་དབང་  
 དྲག་གི་ལས་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་རྒྱས་པར་མ་ཟད། ཡི་གོ་གསུམ་རྒྱུད་དང་  
 སྐར་བའི་དོ་རྩེ་བཟུངས་པའི་མཐུ་ལས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་  
 ཀྱང་སྐར་དུ་བསྐྱབ་རྒྱས་པས་ན། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡི་གོ་གསུམ་གྱི་  
 དོར་བཟུངས་འདི་ལ་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཅི་འདོད་སྟོལ་བའི་རིན་  
 པོ་ཆེའི་བཟུངས་པ་ཞེས་འདུས་པའི་ཙ་རྒྱུད་ལེ་ཏུ་བཅུ་གསུམ་པ་ལས་རྒྱ་ཆེར་  
 བསྒྲགས་སོ། །འདི་ནི་སྤྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོང་པོ་ཡིན་པས་མན་ངག་གི་  
 གནད་རྣམས་སྤྲ་མས་ཞིབ་ཏུ་བསྟན་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། དཔེན་ས་པ་  
 ཡབ་སྤྲས་དང་དོ་རྩེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་རྣམས་  
 ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་འདི་དག་ལ་མན་ངག་གི་གནད་ཁྱད་པར་ཅན་མང་དུ་  
 ཡོད་སྟངས་སྤྲས། འཇམ་མགོན་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ལ་སྐྱབ་པ་སྟོང་པོར་བྱ་  
 འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་འདོན་ཤེས་པས་ཆོག་པར་མི་

བྱ་བར། མན་ངག་གི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་ན་མས་ཅད་བཅད་ལ་ཞེན་པས་  
འདུག་པ་ཅམ་མིན་པར་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བྲངས་ཏེ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་  
བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །ཐེ་བཙུན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་དམིགས་  
པ་མེད་པའི་ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ན་མས་ལ་གྲུས་པས་ཐུག་འཆའ་  
ལོ། །བཅེ་བ་ཆེན་པོས་ཐེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། །

བཞི་པ་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་  
སྒྲོ་སྒྲོང་ཞིང་བྱིན་རྒྱབས་ཞུ་བ་ལ་གཉིས།

༥ ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་། བསྟེན་ནས་སྒྲོ་རི་  
ལྟར་སྒྲོང་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ནི།

སྒྲུ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལམ་མ་རྟོར་  
བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉིན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
འཕང་ལྟར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། གནས་སྐྱབས་སུ་ཡང་ནད་དང་  
གདོན་ལ་སོགས་པས་མི་གཞོད་ཅིང་། གང་བསམས་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྱུར་  
པ་སོགས་རྒྱལ་བས་པན་ཡོན་རི་སྟེད་ཅིག་གསུངས་པ་ན་མས་དང་། བསྟེན་



ཚུལ་ལོག་སྟེ་སྤྲ་མ་ལ་བརྟམས་སྟོང་སོགས་བྱས་ན་ནི་མཆོམས་མེད་ལས་ཀྱང་  
 རྣམ་སྟོན་ཆེ་བར་གསུངས་པས་ངན་འགྲོ་མི་བཟད་པར་འབྱམས་དགོས་པ་  
 དང་། ཆེ་འདིར་ནད་དང་གཤོན་དུ་མས་འཆེ་བ་སོགས་འདི་ཕྱི་ཐམས་ཅད་  
 དུ་འཕྱང་བར་འགྱུར་བའི་ཉེས་དམིགས་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་ལ་ཡང་  
 ཡང་བསམས་ཏེ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་ནས། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་  
 བཞིན་བསྟེན་པ་ལ་སློ་ཅེ་ཆིག་སྒྲིལ་གྱི་འདུན་པ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དད་པ་དང་།  
 ཚུལ་བྲིམས་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 དངོས་སུ་སྒྲུང་བ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་སློས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕྱོགས་འཛིན་ཅི་ཐུབ་བྱ།  
 མདོར་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཉམ་ཐག་བདག་འདྲེན་  
 པའི་ཕྱིར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་རྣམ་པར་བྱོན་པ་ཡིན་པར་བསམས་ལ་  
 སྟོན་ཏྲིག་གི་སློ་ཡེ་མ་ཞོར་བ་བྱ་ཞིང་། ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སློ་སྟོ་དུ་མ་  
 རྣམ་བསྐྱེད་ལ། སེམས་དང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དད་པ་མ་སྦྱེས་གྱི་བར་དུ་  
 བསྐྱོམ། དེ་ནས་རང་ལ་སྤྲ་པན་བཏགས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་འདོགས་  
 པར་འགྱུར་བའི་བཀའ་འདྲིན་རྣམས་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་ལ་  
 གྲུས་པ་ཆེན་པོ་མ་སྦྱེས་གྱི་བར་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ནས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས་།  
 འདི་ཕྱིར་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཞིང་ས་དམ་པ་དུས་བཞི་  
 ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བདེ་ལེགས་གྱི་ས་བོན་བཏབ་པས་ཆོག་པ་  
 འདི་ལ་ཡང་དད་པའི་གཤོལ་གྱིས་བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་

ཅེས་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་མ་རྒྱུ་མཉམ་པ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་པངས་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཞེས་དང་། མཉམ་པ་ཆེས་མི་བྱིན། བསམས་ན་དོན་མི་གོ་བསྐྱེམས་ན་  
 རྒྱུ་ལ་མི་སྐྱེ་བའི་སྒྲོའི་མ་ཐུ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བའི་དུས་སུ་ཞིང་གི་མ་ཐུ་ལ་བཏེན་  
 པ་མཉམ་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཞིང་མཆོག་དམ་པ་འདི་འདྲ་དང་  
 མཇལ་བཞིན་དུ་འདི་ཕྱི་འདི་བདེ་ལེགས་ཀྱི་རྩ་བ་འཇུགས་ཕྱིར་དགོ་བའི་ས་  
 བོན་སྐྱོན་པར་མི་བྱེད་པར་ཡལ་བར་འདོར་བ་ནི་བདག་ཤིན་ཏུ་སྐྱོན་པའམ་  
 སྒྲིང་རུ་ལ་ངའོ་སྒྲུ་མ་དུ་བསམས་ལ། བན་བདེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞིང་ས། བདེ་  
 ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན། སངས་རྒྱས་  
 དངོས་ཀྱི་དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་འདིའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་ཀྱིས་བསྐྱེན་བཀྱར་  
 བ་དང་། དག་གིས་བསྐྱོད་ཅིང་གསོལ་འདེབས་བཛོད་པ་དང་། །ཟང་བྱིང་གི་  
 དངོས་པོས་མཆོད་པ་དང་། བཀའ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པས་མཉེས་པར་བྱའོ། །རྗེ་  
 བཙུན་སྒྲུ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་བྱིས་ཀྱང་བདག་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་  
 དགྲེས་བཞིན་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ་སྒྲུ་མ་དུ།

ཞིང་མཆོག་དམ་པ་རྗེ་བཙུན་སྒྲུ་མ་ལ། །

མཆོད་ཅིང་གྲུས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མ་ཐུས། །

བདེ་ལེགས་རྩ་བ་མགོན་པོ་བྱིས་ཉིད་ཀྱིས། །

དགྲེས་བཞིན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེན་ཀྱིས་སྒྲོལས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུ་མ་སྐྱོ་ཆོགས་རྣམས་

ཀྱི་སྐྱེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས། ཐོག་མེད་  
ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལ་གོགས་  
བྱེད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྦྱངས། ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་  
གྱུར། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འཕེལ་ཞིང་  
རྒྱས། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་མཐོང་བའི་དད་པ་དང་། བཀའ་ངེན་རྗེས་སུ་བྱ་  
བའི་གྲུས་པ་དང་། །མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་མཉེས་པར་བྱེད་ཀྱས་པའི་རྟོགས་  
པ་བྱད་པར་ཅན་ནམས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་  
པར་བསམ་མོ།།

གཉིས་པ་བསྟེན་ནས་སྒྲོ་ངེ་ལྟར་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྒྲོ་སྦྱོང་ཚུལ་དང་། ཐུན་མོང་མིན་པ་དོ་རྗེ་ཐེག་  
པའི་ལམ་ལ་སྒྲོ་སྦྱོང་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྒྲོ་སྦྱོང་ཚུལ་ལ་གསུམ།

སྦྱེས་བྱ་ཚུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒྲོ་སྦྱོང་ཚུལ་དང་། སྦྱེས་བྱ་

འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱང་ཚུལ་དང་། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
ལ་སློབ་སྦྱང་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱང་  
ཚུལ་ལ་གཉིས།

འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་དོན་གཏེར་གྱི་སློབ་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་མར་  
བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལོ། །

དང་པོ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་དོན་གཏེར་གྱི་སློབ་བསྐྱེད་པ་ནི།

འདིར་དལ་འབྱོར་དང་མི་རྟག་པའི་དམིགས་སྒྲོར་གཉིས་སྒྲེལ་ནས་  
དམིགས་སྒྲོར་གཅིག་ཏུ་མཛད་པ་ནི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་མགོན་པོ་  
འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱིས་གནང་བའི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ལུགས་  
ལྟར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་མགོན་པོ་འཇམ་  
པའི་དབྱངས་གྱིས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ལམ་གྱི་གཙུག་པོ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་  
གདམས་ངག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་འདོམས་པ་མཛད་དེ། དེས་འབྱུང་དང་། བྱང་  
ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་། ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་གསུམ་དུ་གསུང་རབ་གྱི་དོན་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱུས། དེས་འབྱུང་སྒྲོམ་ཚུལ་ལ་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ལྟོག་པའི་

ཐབས་དང་། སྤྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ལས་སྒྲོག་པའི་ཐབས་གཉིས་སུ་མཛད། དེའི་དང་  
 བོ་ཆེ་འདིའི་སྒྲུབ་ལས་སྒྲོག་པའི་ཐབས་ནི། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ཆེ་ལ་ལོང་  
 མེད་པ། །ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆེ་འདིའི་སྒྲུབ་ལས་སྒྲོག་ཤེས་དལ་འབྱོར་དང་  
 མི་རྟག་པའི་དམིགས་སྐྱོར་བྱུང་དུ་སྤྱེལ་ནས་སྐྱོམ་ཚུལ་གསུངས། ལམ་རིམ་  
 ཆེ་ཚུང་དུ་དལ་འབྱོར་གྱི་དམིགས་སྐྱོར་སྟོན་ལ་བྱུང་དུ་མཛད་པ་ནི། བདག་  
 ཉིད་ཆེན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་གྱིས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཉམས་ལེན་གྱི་ལུས་གཅིག་  
 ཏུ་བྲིལ་བ་མདོ་སྤྱི་ཀུན་ལས་བཏུས་མཛད། རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྷན་གསུང་རབ་  
 ཐམས་ཅད་ཉམས་ལེན་གྱི་ལུས་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བ་བསྐྱབ་བཏུས་དང་སྦྱོར་  
 འཇུག་གཉིས་མཛད་དེ། གཞུང་དེ་གསུམ་གང་དལ་འབྱོར་གྱི་དམིགས་སྐྱོར་  
 སྟོན་ལ་བྱུང་དུ་ཡོད་པས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་གཞུང་དེ་དག་དང་མཐུན་པར་  
 མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་ཅིང་དགོངས་པ་གཅིག་  
 ཏུ་འབབ་པས་དམིགས་སྐྱོར་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་ཡོད་ཚུལ་ལམ་རིམ་ཆེན་  
 མོར་གསལ་བར་གསུངས། རྗེ་རྗེ་འཆང་སློབ་ཐབས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
 གདམས་ངག་འདིར་དམིགས་སྐྱོར་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་སྦྱོར་ཚུལ་མཛད་པ་  
 ནི། རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་པའི་གནད་ཡིན་པར་ཉམས་མགུར་གྱིས་ཀྱང་  
 ཤེས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དལ་བའི་རྟེན་འདི་ཡིད་བཞིན་ནོར་ལས་ལྷག་ཤིང་  
 འདྲ་རྟེན་པ་ད་རེས་ཅམ་ཞིག་ཡིན། །རྟེན་དཀའ་འཛིག་སྤྱི་མཐོང་མཁའི་སྒྲོག་  
 དང་འདྲ། །ཚུལ་འདི་བསམས་ནས་འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་ཀུན། །སྤྱོད་པ་འབྱུང་བ་  
 བཞིན་དུ་རྟོགས་གྱུར་ནས། རྟེན་མཆོན་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པོ་ལེན་པ་དགོས། །རྣམ་



འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་ཁྱོད་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
བསྐྱུང་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་དག་ནི་རྟོགས་དཀའ་བའི་  
གནས་དག་ཡིན་ཏེ། དལ་བ་དོན་ཆེ་ཞེས་པ་དང་། ལྷུང་དུ་འཛིག་ཅེས་པ་ཙམ་  
གོ་བ་དཀའ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ལམ་གྱི་གྲངས་དང་གོ་རིམས། སོ་སོའི་དམིགས་  
པ་བསྐྱུངས་པ་ལས་ལག་རྗེས་གང་འབྱུང་རྣམས་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་  
གསུངས་སོ། །དེ་རྗེ་འཆང་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གདམས་འག་  
ཐུན་མོང་མིན་པ་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟོག་ཕྱིར་སློབ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་  
དཔྱོད་པའི་སློབ་ཙམ་ཞིག་གིས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱས་པ་ནི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པར་བྱའོ། །

འདིར་དམིགས་རྣམ་དངོས་གཞི་སྐྱོང་ཚུལ་ནི་སྒྲུབ་ལྟ་སྟོན་བཞིན་པའི་  
ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སྐྱུར་ཁམས་གསུམ་  
འཁོར་བར་འཁོར་ཞིང་། བྱད་པར་ངན་སོང་གསུམ་སོགས་མི་ཁོམ་ཐུན་པའི་  
སྤིང་དུ་འབྱུངས་འབྱུངས་ནས་མདོ་སྒྲགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལམ་དང་  
མཇལ་བའི་རྟོན་འདི་འདྲ་ནམ་ཡང་ཐོབ་མ་སྤོང་བ་ལ། ད་རེས་སྒྲུབ་དམ་པའི་  
ཐུགས་རྗེས་ལས་དགེ་སྤྲིན་གྱི་སྤང་སྤང་གོ་བར་རྒྱས་ཤིང་ཆོས་སྤོང་པ་ལ་  
ཁོམ་པའི་དལ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོབ། ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་ངེས་པར་དགོས་པའི་  
ཕྱི་དང་ནང་གི་རྟོན་ཐམས་ཅད་ཆང་བས་ན་འབྱོར་པ་སྟེ་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟོན་  
བྱད་པར་ཅན་འདི་འདྲ་བ་ཐོབ། རྟོན་འདི་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་གནས་སྐབས་སྟེ་  
མིའི་རྟོན་དང་འཁོར་བའི་ཐུན་ཆོགས་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་

ཏེན་འདིས་བསྐྱབ་བྱས། མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐེན་  
 པའི་གོ་འཕང་ཡང་ཏེན་འདིས་བསྐྱབ་བྱས། དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་ལུས་ཏེན་  
 འདི་ལ་བཏེན་ནས་བྱང་འདུག་དོ་རྗེའི་སྐྱ་ཡང་ཆེ་བྱང་འདི་ལ་བསྐྱབ་བྱས་  
 པས་ན་སྟོང་གསུམ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུས་བྱར་བྱར་བཀའ་བ་རྟེན་པས་  
 གྲང་དཔེར་མི་བྱང་བར་ལྷག་པས་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ད་རེས་ལན་ཅིག་རྟེན་པ་  
 འདིའི་སྐབས་སུ་འབད་ནས་སྟོང་པོ་མ་སྤངས་ན་སྤར་ཏེན་འདི་འདྲ་ཤིན་ཏུ་  
 རྟེན་དཀའ་སྟེ། ཁབ་ཅེར་ཡུངས་ཀར་ཆགས་པ་དང་། ཤེལ་གྱི་ཁང་པའི་ངོས་  
 ལ་སྐན་མ་གཏོར་བ་ཆགས་པ་ལས་གྲང་དལ་བའི་ཏེན་འདི་རྟེན་པར་དཀའ།  
 ཁམས་གསུམ་རིགས་དུག་གི་ནང་ནས་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་  
 ཅད་ཆང་བའི་ཏེན་འདི་འདྲ་རྟེན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཆོད་དུ་གསུང་། དེ་ཡང་ཏེན་  
 འདི་འདྲ་ཐོབ་པ་ལ་རྒྱུའི་གཙུག་པོ་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། གཞན་  
 ཡང་རྒྱ་མང་དུ་དགོས་པར་གསུངས་ན། རང་གི་ཁ་ཐབ་འདིས་ནི་ཚུ་ལ་  
 བྲིམས་བསྐྱང་འདོད་གྱི་བསམ་པ་རྣམ་དག་གྲང་བསྐྱེད་ཐུབ་པར་མི་འདུག་ན་  
 ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེས་ན་ད་རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་ཏེན་  
 ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་སྐབས་སུ་མ་འབད་ན་སྤར་ཏེན་འདི་འདྲ་ནམ་ཡང་འཐོབ་  
 བར་མི་བྱས་སོ་སྟུང་དུ་བསམས་ལ་སྟོའི་འགྱུར་པ་ཅི་ཐོན་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བསམས་ནས་དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་དོ་རྗེའི་ལུས་ཏེན་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་  
 དོན་མེད་དུ་སྐད་ཅིག་གྲང་མི་གཏང་བར་སྟོང་པོ་ཞིག་སྤང་བར་བྱའོ། །སྟོང་པོ་  
 ལེན་པའི་ཚུ་ལ་ཡང་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་འབྲལ་མེད་དུ་བསྟེན་ནས། དེས་བསྟན་

པའི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་གདམས་པའི་སྒྲིང་པོ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ཏེ། ཆེ་གཅིག་  
 ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲུ་མ་དུ་འདུན་པ་  
 རྒྱགས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་མ་འབད་ན་ཏེན་འདི་ཡུན་རིང་མི་  
 གནས་པར་ངེས་པར་འཆི། དེ་ཡང་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་མི་  
 ཅུས། ཆེ་ལ་སྒྲོན་པ་མེད་ཅིང་སྐད་ཅིག་རེ་རེས་སྒྱུར་དུ་འཛད། གསོན་པའི་  
 སྐབས་འདིར་ཡང་སྤྱི་ནང་གི་གཡེང་བ་སྒྲ་ཆོག་ས་ཀྱིས་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད།  
 སྤྱིར་འཛམ་བུ་སྤྱིང་པའི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད། འཆི་རྒྱུན་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུན་  
 ཅུང་། ལུས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་སྒྲུང་བས་ན་དེ་རིང་རང་ཡང་འཆི་ཉིན་ཡོད། དེ་རིང་  
 ལྟ་བུ་ཤི་ན་ནི་གཉིན་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་ཞིང་། འཆི་ཆེ་  
 པན་ངེས་པ་ཆོས་ཁོན་ཡིན་པས་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །དེ་  
 ཡང་སྒྲིང་པོ་བསྐྱུ་བའི་དུས་ཡིན་པས་ལམ་ཐབ་མོ་སྒྲ་མ་སྒྲིའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་  
 སྒྲོ་ནས་ཐེག་པ་མཆོག་གི་གདམས་པའི་སྒྲིང་པོ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ལྟར་བྱེད་ཅུས་པར་སྒྲ་མ་སྒྲུས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་སྒྲུ་མ་དུ།

ལན་ཅིག་ཙམ་ཞིག་རྟེན་པའི་དལ་འབྱོར་འདི། །

རྟེན་དཀར་སྒྱུར་དུ་འཛིག་པའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །

དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་མི་གཡེང་བར། །

དོན་ལྡན་སྒྲིང་པོ་ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལ་ས། །

ཞེས་གསོལ་བ་རྒྱགས་པར་བྱེད་པས་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཆོག་ས་རྣམས་

ཀྱི་སྐྱེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས། དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།

## གཉིས་པ་འཛིག་རྟོན་སྤྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ནི།

༥ ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལན་  
ཅིག་རྟོན་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟོན་འདི་སྦྱར་དུ་འཛིག་ཅིང་ཤི་ནས་གར་སྦྱེ་  
ལ་རང་དབང་མེད། ལས་དཀར་ནག་གི་དབང་གིས་སྦྱེ་བ་ལེན་དགོས་པར་  
གསུངས་ན་བདག་གི་སྦྱོང་པ་འདིས་ནི་ངན་སོང་དུ་སྦྱེ་བ་ལས་འོས་མ་  
འདས། ངན་སོང་གསུམ་དུ་སྦྱེས་ན་ནི་ཆ་གང་བཤེས་སྒོམ་བཀོལ་སྦྱོང་ལ་  
སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མེ་འབར་བའི་སྒོང་དཀྱིལ་དུ་ཚུད་པ་ལྟ་བུ་བཟོད་  
སྒྲགས་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པར་གསུང་། གནས་དེར་སྦྱབས་བཅལ་ཡང་མི་རྟོན་  
པས། འཛིགས་པ་དེ་ལས་སྦྱོབ་པའི་སྦྱབས་ཤིག་ད་ལྟ་འཆོལ་དགོས། དགོན་  
མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་མ་གཏོགས་འཁོར་བའི་གནས་ན་དེ་ལས་སྦྱོབ་  
པའི་སྦྱབས་སུ་ཡང་མེད་པས། སྦྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏོང་ནས་ལྷ་མ་དགོན་  
མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་མཐོར་གཏོང་དམར་གཏོང་ཅི་བྱེད་བྱེད་  
ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒོ་སྒྲོས་འཆར་ཞིང་སྦྱབས་སུ་འགྲོ།

སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སྟོན་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར་བསྐྱང་  
ཞིང་། ལྷག་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་དུ་དཀར་ནག་གི་སྒྲང་དོར་ལ་  
མ་འབད་ན་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་མི་རུས་པས། སྟོན་གསུམ་ལ་  
བར་པར་ཉེ་བར་བཞག་སྟེ་སྟོན་སྟོང་དགོ་སྐྱབ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་འབད་ པར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རུས་པར་ལྷ་མ་ལྷས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ་སྟུམ་  
དུ།

ངན་སོང་སྐྱག་བསྐྱལ་འབར་བའི་མེས་འཇིགས་ནས། །

སྟོང་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་ཞིང་། །

སྟོན་སྟོང་དགོ་ཆོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པ་ལ། །

བཙོན་པ་ལྟར་ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་བྱིས་སྟོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་དུ་བཏབ་པས་ལྷ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་  
ཀྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྟེ་སྟེ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྐྱངས། དེ་དང་དེའི་ཆོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།།



# གཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མིང་བའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱོང་ ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ ཐར་པ་དོན་གཉིར་གྱི་སློབ་སྦྱོང་པ་དང་། ཐར་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་ལ་  
སློབ་ཚུལ་ལོ། །

## དང་པོ་ཐར་པ་དོན་གཉིར་གྱི་སློབ་སྦྱོང་པ་ནི།

སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོག་ས་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་  
གིས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ཞིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་དུ་  
དཀར་ནག་གི་སྒྲ་དོར་ལ་འབད་ན་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ལས་ཐར་ཏེ་བདེ་  
འགྲོའི་ཉེན་ཞིག་ཐོབ་རུས་མོད་ཀྱང་། འཁོར་བ་ལས་གཏན་དུ་མ་ཐར་བས་  
སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་ཏེ། སྲིད་ཅི་ནས་མནར་མེད་ཀྱི་  
བར་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་  
དུ་སོང་ནས་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་། འགྱུར་  
བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་། ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་བར་  
མཆོམས་མེད་པར་མནར་ཞིང་། ཅི་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ལས་མི་འདའ་བས་གཏིང་དང་མཐའ་མི་མངོན་པའི་སྲིད་པའི་མཆོ་  
ཆེན་པོ་འདི་ལ་གཏིང་ནས་སྒྲོ་ཞིང་ཞིན་པ་ལོག་སྟེ། བཅོན་རར་ཚུད་པའི་མི་  
གནས་དེ་ལས་ཐར་བར་འདོད་པ་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་ཐར་འདོད་ཀྱི་སློབ་ལྷན་གས་

དག་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་འབྱུང་  
 བ་ཅམ་ནི་དུད་འགོ་རྣམས་ལའང་ཡོད་ཅིང་། འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཟག་  
 བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ལ་ཡིད་སྐྱེད་པ་ནི་སྤྱི་རོལ་པའི་དང་སྤྱོད་རྣམས་  
 ལའང་ཡོད་པས་བསམ་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཐར་འདོད་མཆོད་ཉིད་ཆང་བར་མི་  
 འགྱུར་བས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཆོར་བ་བཏང་  
 སྟོམས་པ་རྣམས་ལའང་གཏིང་ནས་སྤྱི་ཞིང་ཡིད་འབྱུང་བ་ཞིག་དགོས་པས་  
 སྤྱིད་ཅེའི་སྟོམས་འཇུག་གི་སེམས་ལྟ་བུ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཅན་དུ་མཐོང་སྟེ། འཁོར་བ་མཐའ་དག་མེ་འབར་བའི་རྒྱབས་ལྟར་མཐོང་ནས་  
 དེ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷགས་དག་སྤྱི་བར་ལྷ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་  
 གསོལ་སྟུམ་དུ།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཅ་སྤྱོད་དག་དུ་འབྱུག།

སྐྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་ཚུ་སྤྱིན་མང་པོས་གཅེས།

མཐའ་མེད་འཇིགས་རུང་སྤྱིད་མཆོ་ཆེན་པོ་ལས།

ཐར་འདོད་ལྷགས་དག་སྤྱི་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས།

ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་དུ་བཏབ་པས་ལྷ་མ་ལྟ་ཆོག་གས་རྣམས་  
 ཀྱི་སྤྱིའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྟེ་སྤྱི་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
 གོགས་བྱེད་སྤྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ་མོ།

## གཉིས་པ་ཐར་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲུག་ལ་སྐྱེས་པའི་དང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། འཁོར་བ་  
སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་བསམས་པས་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱིང་བ་ཐོན་  
ཏེ། དེ་ལས་ཐར་འདོད་ལྷགས་དག་སྐྱེས་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་འདིའི་རྩ་བ་ཅི་ཞིག་གུ་སྟམ་དུ་བསམས་པ་ན།  
ཆོད་མ་རྣམས་འབྲེལ་ལས། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་  
ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །ཉིས་པ་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་  
ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་གྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ཉོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་  
བ་མཐར་གཏུགས་ན་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་འདི་ཡིན་པས། འཁོར་བའི་རྩ་  
བ་བདག་འཛིན་ཡིན་པར་ངེས་ཤིང་། བདག་འཛིན་འདི་བསྐྱོག་པ་ལ་འདིའི་  
འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཡུལ་རྩ་བ་ནས་སྤྱོད་བྱུང་བའི་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་ལ། དེ་འབྱུང་བ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་  
པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བརྟན་པོ་ཞིག་དགོས། དེ་འབྱུང་བ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམས་  
པར་དག་པ་ཞིག་དགོས། དེ་འོང་བ་ལ་མི་ཤེས་པ་དང་། མ་གུས་པ་དང་།  
བག་མེད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་མང་བ་སྟེ་ལྟུང་བ་འབྱུང་བའི་སློབ་བཞི་ལེགས་

པར་བཀག་། དཔེ་ཤེས་དོ་ཆ་ཁྱེལ་ཡོད་ཀྱིས་བྱ་ར་ཡེང་མེད་དུ་བྱས་ཏེ། ཚུལ་  
ཁྱེལ་ས་ཀྱི་ནོར་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོམ་རྒྱན་གྱི་གཞོན་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་  
འབྱུང་བར་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲུབ་ལྟས་བྱེན་གྱིས་  
བསྐྱུང་བ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

བཟོད་དགའ་བཙོན་ར་འདྲ་བའི་འཁོར་བ་འདི། །

དགའ་བའི་ཆལ་ལྟར་མཐོང་བའི་སྒྲོ་སྤངས་ནས། །

བསྐྱུང་བ་གསུམ་འཕགས་པའི་ནོར་གྱི་མཛོད་བཟུང་སྟེ། །

ཐར་བའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
གྱི་སྒྲིའི་ཆལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྤངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། ། འདིར་བསྐྱུང་བ་གསུམ་  
འཕགས་པའི་ནོར་གྱི་མཛོད་བཟུང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བསྐྱུང་བ་གསུམ་  
བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་དང་། འཕགས་པའི་ནོར་ནི་བདུན་ཏེ། དད་པ་དང་། ཚུལ་  
ཁྱེལ་ས་དང་། ཐོས་པ་དང་། གཏོང་བ་དང་། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། ཁྱེལ་ཡོད་དང་།  
ཤེས་རབ་སྟེ་བདུན་ནོ། ། འདི་དག་ལའང་སོ་སོའི་དོས་འཛིན་དང་། ཉམས་  
ལེན་ལ་སྦྱོར་བའི་ཆེ་ཁྱེལ་བྱ་བ་སོགས་གལ་ཆེ་བ་མང་དུ་སྤང་ནའང་

མང་བས་མ་སྒྲོས་སོ། །སྒྲེས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་སྟོན་པའི་ཆོག་གས་བཅད་འདི་  
གཉིས་ཀྱིས་སྒྲུག་བདེན་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་  
བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་ཚུལ། འགོག་བདེན་ཐར་པ་ཐོབ་ཕྱིར་ལམ་བདེན་ལ་  
སྒྲོབ་ཚུལ། དེ་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་གོ་རིམས་དང་ངོ་བོ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ། དེའི་  
ནང་ནས་སྐབས་འདིར་གཙོ་བོར་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ནམས་མེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་དབྱིས་ཕྱིན་པར་ཆོག་ཅུང་ཅུར་བསྐྱས་ནས་སྟོན་  
པར་མཛད་པས་ན་ཞིབ་ཏུ་བཀལ་ན་དོན་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ལོ།

གསུམ་པ་སྒྲེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྦྱོང་བ་  
ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་བཞི།

ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་རྩ་བ་སྙིང་མེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་། རྩོ་སྦྱོང་  
དོན་བདུན་མའི་སྒྲོ་ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒྲོམ་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་དང་། ལྷག་བསམ་དང་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་ཚུལ་དང་། རྩོན་སེམས་དང་  
འཇུག་སྒྲོམ་ལེན་ཚུལ་ལོ། །



དང་པོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི།

བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྟོང་བའི་གདམས་ངག་གི་བདག་པོ་ནི་ངོ་བོ་ཇེ་  
 དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ཡིན་ལ། དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྟོང་  
 བའི་ཤེང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་གདམས་ངག་བྱང་པར་ཅན་གཉིས་སྟོང་སྟེ། རྒྱ་ལྟམ་  
 མན་ངག་བདུན་གྱི་སྟོན་སེམས་སྟོང་ཚུལ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་  
 བཇེའི་སྟོན་སེམས་སྟོང་ཚུལ་གཉིས་སོ། །དེ་གཉིས་གང་གི་སྟོན་སྟོང་  
 ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱལ་བས་མདོ་  
 རྟེན་ཏུ་མར་གསུངས་ཤིང་། སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་ནི་མའི་སྟོག་གི་དབང་པོ་ལྟར་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་སྟོག་ཏུ་གསུངས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐམས་ཅད་  
 སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པ། སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོའི་ཅ་བ་ཅན་ཏེ། སྟོང་ཇེ་ཆེན་  
 པོ་མེད་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་གང་ཡང་གནས་པའི་གཞི་མེད་པར་གསུངས་།  
 མདོ་ལས་ངེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་སྐྱེ་སྐྱབ་གྱིས་  
 གྲུང་གཞུང་མང་པོར་གསུངས་ཤིང་། སྟོན་དཔོན་ལྷ་བ་བྲགས་པས་གྲུང་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པ་ལ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་  
 ཆེ་བ་འཇུག་པར་གསུངས་ཏེ། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་དགོངས་  
 པ་མི་མཐུན་པ་མེད་དོ། །སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་  
 པ་ངེས་པར་དགོས་ཤིང་། འདི་ལའང་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་དགོངས་པ་  
 མཐུན་ལ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ཐབས་གང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལ་མན་ངག་གི་

སྒོ་མི་འབྲ་བ་གཉིས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་གཉིན་དུ་  
 བསྒྲོམས་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྲམས་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལས་  
 གསུངས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་བ་གྲགས་  
 པ་དང་། ཅན་གོ་མི་དང་། མཁས་མཆོག་ཀ་མ་ལ་ཤྱེ་ལ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་མར་བསྒྲོམས་ཏེ་དེའི་བྱིན་བསམས་པའི་སློ་ནས་ཡིད་འོང་གི་  
 བྲམས་པ་བསྐྱེད་པར་མཛད་ལ། ལྷག་པར་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤྱེ་ལས་དབྱ་  
 མ་སྒོམ་རིམ་དུ་ལམ་དེ་དག་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །ཡང་  
 བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་སློ་དུ་མ་  
 རས་བསམས་ཏེ་ཡིད་འོང་གི་བྲམས་པ་བསྐྱེད་ནས་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་  
 ཚུལ་ནི་མདོ་སྡེ་པལ་པོ་ཆེ་ལས་གསུངས་ཏེ། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་  
 རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྷས་བསྐྱེད་བྱུང་དང་སྒྲིན་འཇུག་གཉིས་སུ་ཅལ་དུ་བཏོན་  
 རས་བཤད་ལ། ཚུལ་དེ་ནི་མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་དབྱ་མ་རིན་ཆེན་སྤང་  
 བ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་དང་། མི་ལམ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཏམ་  
 རྣམས་སུ་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གཉིས་པོ་དེ་རྫོ་  
 རྗེ་འཆང་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གདམས་ངག་འདིར་གཅིག་ཏུ་  
 བསྐྱེད་ནས་ཉམས་ལེན་ལུས་གཅིག་ཏུ་མཛད་དེ། ཐོག་མར་མར་ཤེས་བྱིན་  
 དན་བྱིན་གཙོ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྲམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་  
 པོ་བསྐྱེད་ཚུལ་གསུངས། དེ་ནས་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་དང་གཞན་  
 གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་བསམས་པའི་སློ་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྲམས་པ་

དང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་ཚུལ་སྒྲར་ལས་ཀྱང་ཤྱགས་དག་པ་དང་བཏྲན་པ་  
 བསྐྱབས་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་ཏེ་མ་ནས་བསྐྱོམ། དེ་ནས་དམིགས་  
 སྐྱོར་དེ་དག་གི་མཐུ་ལས་ལྷག་བསམ་དང་སེམས་བསྐྱེད་འགྲུབ་ཚུལ་སྟོན་  
 པར་མཛད་དེ། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དགྲལ་བའི་  
 ལམ་གྱི་གནད་དེ་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དགའ་བ་ལ། རྩོམ་འཆང་སྟོ་  
 བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གི་གནད་རྣམས་  
 དཔྱིས་ཕྱིན་པར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མན་ངག་གི་སྟོང་  
 རྣམ་འདོམས་པར་མཛད་པའི་ཚུལ་འདི་ལ་ངེས་པར་བརྟེན་ན་གདམས་ངག་  
 འདི་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་སྐྱེའོ། །

དེས་ན་འདིར་དམིགས་རྣམས་སྐྱོང་ཚུལ་ནི། སྒྲུབ་ལྷ་སྟོམ་བཞིན་པའི་  
 ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་གིས་དལ་འབྱོར་རྟེན་དགལ། འཆི་བ་  
 མི་རྟག་པ། ལས་འབྲས་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་བསམས་པས་  
 འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་གིས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་ནས་  
 ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་  
 རུས་མོད་ཀྱང་། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་མ་གྲན་རྣམས་  
 འཁོར་བའི་གཙོད་རོང་ན་ཉམ་ཐག་པ་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་རང་  
 གཅིག་ཕུ་ཅི་ཐར་བྱེད་པ་ནི་ཁྱེལ་མེད་མ་རབས་ཀྱི་ཆོས་སུ་སྤང་ཞིང་། རང་  
 ཡང་སྐྱོན་ཀྱན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་གྱི་གོ་འཕང་མི་འཐོབ་པར་དམན་  
 ལམ་དུ་སྤྱང་བར་འགྱུར་ཞིང་། སྤར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་འོད་

ཟེར་གྱིས་ངེ་ཙམ་བསྐྱལ་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་དཀའ་བར་གསུངས་པས།  
 རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་གང་ནས་བསམས་རུང་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་པར་འདུག་པས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་  
 འཇུག་པར་བྱའོ། །ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཡིན་ཞིང་། སེམས་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་དགོས། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡིད་  
 འོང་གི་བྱམས་པ་དགོས། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་གཉེན་དུ་བསྒྲོམ་  
 དགོས། གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་ནི་མ་ཡིན་པས་མར་ཤེས་སྐྱེ་དགོས་ལ། དེ་སྐྱེ་  
 བ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་ཞིག་དགོས་པས་ཐོག་མར་བཏང་སྟོམས་བསྒྲོམ་པར་  
 བྱའོ། །

སེམས་ཅན་ལ་སེམས་སྟོམས་པའི་བཏང་སྟོམས་བསྐྱབས་ལ་གཉེན་  
 དུ་མཆུངས་པར་བསྐྱས་ནས་བསྐྱབ་པ་དང་། དག་གཉེན་ལ་ངེས་པ་མེད་  
 པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་བསྐྱབ་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཉམ་ཐག་པར་  
 མཆུངས་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་བསྐྱབ་པ་སོགས་རིགས་པའི་སྒོ་མང་  
 དུ་ཡོད་པ་ལས། གདམས་ངག་འདིར་ནི་ཉམ་ཐག་འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་ཞེས་  
 གཙོ་བོར་ཉམ་ཐག་པར་མཆུངས་པའི་ཚུལ་དེ་བསམས་ནས་བཏང་སྟོམས་  
 བསྐྱབ་པར་གསུངས། དེ་ཡང་བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྒྲོ་གཏི་  
 ཟུག་སྒྲོངས། །གཡང་ས་མང་པོའི་ལམ་དུ་ནི། །གོམ་པ་རེ་རེ་བརྟེན་འཆའ་  
 བ། །བདག་དང་གཞན་ཏྲག་ཟྱ་ངན་གཞི། །འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
 མཆུངས། །ཞེས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་ཆགས་

སྒྲུབ་མི་བྱ་བར་སེམས་སྟོམས་པ་དགོས་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་  
 མཐའ་སྒྲོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་དམིགས་ལ་དེ་དག་གི་  
 རང་ཚུལ་ལ་བལྟས་པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་གཏི་ཐུག་གི་ལིང་ཏོག་  
 འབྲུག་པོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ལྗོངས་པས་གར་འགྲོའི་གཏོལ་ནི་མེད། ཉོན་  
 མོངས་པའི་གདོན་གྱིས་སྒྲེན་པ་རྣམས་དུ་མི་གནས་པར་གཡང་ས་ཆེན་  
 པོར་གོམ་པ་ནི་ཕྱོགས་༥ སྒྲུག་བསྐྱལ་བརྒྱ་ཕྲག་དུ་མས་ནི་མནར། ཤིན་ཏུ་  
 ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་དེ་ལ་བསམས་ནས། འདི་ལྟ་བུའི་ཉམ་ཐག་འདི་རྣམས་ལ་  
 འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བརྒྱུང་། འགའ་ཞིག་ལ་རིང་བར་བརྒྱུང་ནས་ཆགས་  
 སྒྲུབ་བྱེད་དོན་མི་འདུག་པས་ཉེ་རིང་མེད་པའི་སེམས་སྟོམས་པ་ཞིག་བྱའོ་  
 སྟམ་དུ་བཏང་སྟོམས་བསྒྲོམ་མོ། །སེམས་སྟོམས་པ་ན་སེམས་ཅན་འདི་དག་  
 བདག་གིས་ཡལ་བར་འདོར་མི་རིགས་ཏེ། འདི་དག་བདག་གི་ཅིར་མི་འོང་  
 བ་མིན། བདག་གི་མ་ཁྱེད་ལ་སྟག་ཡིན་པར་འདུག་སྟམ་དུ་བསྒྲོམ། དེ་ཡང་  
 མདོ་ལས། དགོ་སྒྲོང་དག་སེམས་ཅན་གྱི་རིས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལན་  
 བརྒྱུད་ཁྱིམ་གཉིས་དུ་མ་གྱུར་པ་དང་། ས་དང་མར་མ་གྱུར་པ་གང་ཡང་  
 མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ལྟར་དང་། འཁོར་བའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་  
 པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མར་ངོ་འཕྲོད་  
 པར་བྱ། དེ་ནས་མ་ཁྱེད་འདི་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་ཡང་ཡང་  
 བྱས། མ་ནམ་བུས་རེས་ཀྱིས་ཆེ་འདིའི་མས་ཇི་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་  
 ལྟར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པས་བྱིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེས་ན་མ་ཁྱེད་བྱིན་ཅན་འདི་



རྣམས་བདག་གིས་འཁོར་བའི་གཙང་མོང་ཉམ་ཐག་འདི་ལས་བསྐྱལ་བར་  
བྱེད་སྒྲུབ་དུ་བྱིན་གཙོ་བསྟོམ། དེ་ལྟར་བཏང་སྟོམས་མར་ཤེས་བྱིན་བྱིན་བྱིན་  
གཙོ་རྣམས་བསྟོམས་པས་ཇི་ལྟར་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་གཅིག་བྱ་ལ་མ་དེ་  
སྟེང་དུ་གཅེས་པ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། བཙེ་བ་ཇི་ཙམ་སྟེ་བ་དེ་ལྟ་བུར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་མེད་པས་ཤིན་ཏུ་གཅེས་ཤིང་པངས་པའི་  
རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བྱམས་པ་རང་ཤྱགས་ཀྱིས་སྟེ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་པ་སྟེས་  
པ་ན་སྤར་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་ཚུལ་  
ཡང་ཡང་བསམས་པས་སྟེང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟེ་བར་གསུངས་པས། དེ་ལྟར་དུ་  
རྒྱུད་ལ་སྟེ་བར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བྱིན་གྱི་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྒྲུབ་དུ།

ཉམ་ཐག་འགོ་བ་འདི་ཀུན་བདག་གི་མ། །

ཡང་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས། །

སྤྱག་པའི་བྱ་ལ་བཙེ་བའི་མ་བཞིན་དུ། །

བཅོས་མིན་སྟེང་རྗེ་སྟེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཚོགས་རྣམས་  
གྱི་སྤྱི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྤྲུལ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དག་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྐྱུངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟེས་པར་བསམ་མོ། །འདིར་སྤྱག་པའི་བྱ་ལ་

ཞེས་པ་དང་། བཅོས་མིན་སྟོང་རྗེ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་  
 རྗེ་སྟེས་པའི་ཆོད་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྟོམ་རིམ་ལས།  
 གང་གི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་མི་བདེ་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཡང་སྟུག་བསྐྱེད་པ་གཏན་ནས་བྱང་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པའི་སྟོང་རྗེ་རང་གི་  
 རང་གིས་འཇུག་པར་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་  
 དེའི་ཆེ་རྒྱུགས་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་  
 མཐེན་པས་ཀྱང་། ལྷས་ཅན་མཐའ་དག་རིན་ཅན་མར་ཤེས་ནས། །ཉམ་ཐག་  
 རྣམས་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེད་པར་གྱུར་ཏེ། །རང་བདེ་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་ལས་ཡིད་  
 ལོག་སྟེ། །སྟོང་རྗེ་ཚོལ་མེད་སྟེ་བར་བྱིན་ཀྱིས་སྒྲོབས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ།

## གཉིས་པ་སྟོ་སྟོང་དོན་བདུན་མའི་སྟོ་ནས་བདག་གཞན་ མཉམ་བཞེ་སྟོམ་ཚུལ་ལ།

༥ དོན་ཆོད་བདུན་སོ་སོར་ས་བཅད་བཀོད་ནས་ཞིབ་ཏུ་བཀྲལ་ན་ཡི་གེ་  
 ཞིན་ཏུ་མང་བ་དོགས་པས་བྲི་མ་རྒྱས་ཤིང་། དོན་གྱི་སྟོང་པོ་རྣམས་མ་ཆད་  
 བར་གདམས་ངག་འདིའི་རྩ་ཆོག་དང་བསྟུན་ནས་མདོར་བསྐྱེད་ཤིག་བཟོད་  
 བ། སྟོ་སྟོང་གི་གདམས་ངག་འདི་རྒྱས་སྤྲོས་ཞི་བ་ལྷས་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་  
 དབྱངས་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་མདོ་པལ་པོ་ཆེ་སོགས་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 མདོ་སྟེ་མང་པོའི་དོན་གྱུང་བསྐྱེད་པས་ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་བསྟོམ་

ཚུལ་ཅུལ་ཏུ་བཏོན་ནས་གསུངས་པ་དེའི་མན་ངག་རྣམས་འཆོལ་བྱིར་དཔལ་  
 ཨ་ཏི་ཤས་རྒྱ་མཆོའི་སྟེང་ལ་བྱ་གཟིངས་བཅས་ནས་དཀའ་བ་དུ་མའི་སྒོ་  
 རས་གསེར་སྒྲིང་དུ་བྱོན་ཏེ། སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རིང་  
 གསན་པས། བུམ་པ་གང་བྱོར་ཐུགས་སུ་ཚུད་པ་བོད་དུ་ཐེབས་ནས་འབྲོམ་  
 རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒྲོག་ཆོས་སུ་གནང་བས་བཀའ་གདམས་གོང་མའི་སྒྲོག་ཆོས་  
 སུ་གྲགས། དགོ་བ་ཤེས་འཆད་ཁ་བ་ལ་དེ་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་བའི་བཀའ་བབས་  
 པས་དོན་ཆོན་བདུན་དུ་ས་བཅད་མཛད་ནས་རྒྱ་ཆེར་སྟེལ་བས་སྟོ་སྟོང་དོན་  
 བདུན་མ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས། དོན་ཆོན་བདུན་ནི། སྟོན་འགྲོ་ཏིན་གྱི་ཆོས་  
 བསྟན་པ། དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྟོང་བ། རྟེན་ངན་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ། ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དེལ་ནས་བསྟན་པ། སྟོ་  
 འབྲོངས་པའི་ཆད། སྟོ་སྟོང་གི་དམ་ཆིག །སྟོ་སྟོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་སོ། །

དང་པོ་སྟོན་འགྲོ་ཏིན་གྱི་ཆོས་ནི། དལ་འབྲོར་རྟེན་དཀའ། འཆི་བ་མི་  
 ཏྲག་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་བསམ་པ་སྟེ། དེ་ལ་  
 སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་བཞིར་གྲགས། ཚུལ་འདི་ནི་སྟེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་སྐབས་  
 སུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་རོ། །དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྟོམ་ཚུལ་  
 ལ། སྟོན་གྱི་སྟོ་སྟོང་མང་པོར་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོམ་ཚུལ་སྟོན་དུ་  
 བྱས། དེའི་རྗེས་སུ་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་སྟོམ་ཚུལ་མཛད་དེ། དེ་ནི་དབྱ་  
 མ་རྒྱན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དབང་རྣོན་འགའ་  
 ཞིག་ལ་སྟོན་ལ་ལྟ་བ་བསྟོམས་ནས། དེ་ནས་བུམས་སྟེང་རྗེ་བྱང་སེམས་

སྒྲོམ་ཆོག་པ་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟའི་གདུལ་བྱ་ཡོངས་ལ་ནི་སྒྲོན་ལ་ཐབས་བརྟན་  
པར་མ་བྱས་པར་ལྟ་བ་བསྒྲོམས་ན་གོ་དཀའ་ཞིང་ཉེན་ཆེ་བ་དང་། གནད་དུ་  
མི་འགོ་བ་ཞིག་ཡོད་པས། རྩོམ་ལ་སྒྲོན་དུ། ཐབས་གོམས་དབང་གིས་  
བདག་ཉིད་ཀྱིས། །གང་ཞིག་ཤེས་རབ་རྣམ་བསྒྲོམ་པ། །ཞེས་དང་། སྒྲོ་སྒྲོང་  
ཙ་ཆོག་ཏུ། བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་གསང་བ་སྤྱད། །ཅེས་སྒྲོན་ལ་ཐབས་བརྟན་  
པར་བྱས། དེ་ནས་གནས་ལུགས་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་དང་། སྒྲོད་འཇུག་  
ཏུ་ཡང་དལ་འབྱོར་ནས་བསམ་གཏན་གྱི་བར་སྒྲོན་ལ་བརྟན་པར་བྱས་ནས་  
ཕྱིན་དུག་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལྟ་བ་སྒྲོམ་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་  
ཤིང་། རྩོམ་མས་ཅན་མཁྱེན་པས་ཀྱང་རིམ་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་དགོས་པར་  
གསུངས་པས། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་གདམས་ངག་འདིར་ཡང་ལྟ་བ་  
སྒྲོམ་ཚུལ་སྒྲོན་དུ་མ་གསུངས་པར། སྒྲོན་ལ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་བསྟན་ནས་  
ལྟ་བ་སྒྲོམ་ཚུལ་འོག་ཏུ་མཛད་དོ། །དོན་ཆོད་གཞན་རྣམས་ནི་གཞུང་གི་ཆོག་  
ཟེན་ལྟར་རིམ་གྱིས་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་འདིར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒྲོམ་ཚུལ་ལ། བདག་གཞན་  
མཉམ་པ་སྒྲོམ་ཚུལ་དང་། བདག་གཞན་བཞེས་བ་སྒྲོམ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་།  
དང་པོ་བདག་གཞན་མཉམ་པ་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱ་མོ་ཅམ་ཡང་  
མི་འདོད་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་ཏེ། བདག་གཞན་མཉམ་པ་འདི་ལ་ཀྱན་རྩོམ་  
ཏུ་མཉམ་པའི་ཚུལ་དང་། དོན་དམ་དུ་མཉམ་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་།  
བསྐྱབ་བརྟུས་དང་སྒྲོད་འཇུག་གཉིས་ཀར་ཚུལ་དེ་གཉིས་ཀ་གསུངས་ཤིང་།

མདོན་ཉོགས་རྒྱན་དུ་འང་དོན་དམ་པར་མཉམ་པའི་ཚུལ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
གསུངས་ཤིང་། གྲུན་རྫོབ་དུ་མཉམ་པའི་ཚུལ་དང་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་  
ཚུལ་ཡང་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་སྐབས་ལས་འབྱུང་ངོ་། །མདོ་སྡེ་རྒྱན་དུ་བདག་གཞན་  
མཉམ་པའི་ཚུལ་ལྟ་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་ཞིབ་དུ་བཀྲལ་ན་མངས་སུ་དོགས་  
པས་མ་སྒྲོས་ཤིང་། གདམས་ངག་འདིར་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
དེ་དག་གཞན་བསྐྱུས་ཏེ་མཛད་པས། དེའི་དམིགས་པ་སྒྲོང་ཚུལ་ནི། ལྷ་མ་  
ལྷ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
གསལ་བར་དམིགས་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། རང་དང་མ་ཁྱན་སེམས་  
ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱུལ་མི་འདོད་པ་ཤིས་ལྟར་དུ་  
མཚུངས། ཐ་ན་ཤིན་དུ་འཁྲལ་བ་མི་ལམ་གྱི་ནང་ཚུན་ཆད་དུ་འང་སྤྲུག་བསྐྱུལ་  
གཏན་ནས་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་ཁོ་ན་འདོད་སྤྲུག་བསྐྱུལ་ངེ་ཅ་མ་ཚུང་ཡང་  
མི་འདོད། བདེ་བ་ལ་ནི་ནམ་ཡང་ཆོག་ཤེས་མེད་ལ། དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱུལ་  
མི་འདོད་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་ཤིན་དུ་མོངས་ཤིང་ཉོན་མོངས་པའི་གཏོན་གྱིས་  
སྒྲོ་བས་བདེ་བའི་རྒྱ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། སྤྲུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ཁོ་ན་སྐྱབ་པའི་  
ངང་ཚུལ་དེ་ལ་བསམས་ནས། མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རྒྱ་དགེ་བ་དང་  
འབྲས་བུ་བདེ་བ་སྣ་རེ་མཐོང་ཡང་ཤིན་དུ་དགའ་བའི་སྒོ་བསྐྱེད་དེ། མ་ཁྱན་  
འདི་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་རུང་།  
དེ་ལྟར་ལྡན་པར་ལྷ་མ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ་སྟེ་དུ།

སྤྲུག་བསྐྱུལ་སྤྲ་མོ་ཅ་མ་ཡང་མི་འདོད་ཅིང་། །



བདེ་ལ་ནམ་ཡང་ཆོག་ཤེས་མེད་པར་ནི། །

བདག་དང་གཞན་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མིན་ཞེས། །

གཞན་བདེ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ནམས་  
གྱི་སྐྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྤངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ་མོ། །དེ་ནས་བདག་གཞན་བརྗེ་  
བ་སྒྲོམ་པ་ལ། ཐོག་མར་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྐྱོན་བསམ་པ་ནི། སྒྲ་མ་  
ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་རང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ཆོད་མ་ནམ་འགྲེལ་ལས།  
གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། །ང་ཞེས་ཏྲག་ཏུ་ཞེན་པར་འགྱུར། །ཞེན་པས་  
བདེ་ལ་སྤེད་འགྱུར་ཏེ། །སྤེད་པས་སྐྱོན་ནམས་སྐྱིབ་པར་བྱེད། །ཡོན་ཏན་  
མཐོང་བས་ཡོངས་སྤེད་པ། །ང་ཡི་ཞེས་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་ལོན། །དེས་ན་བདག་  
ལ་མཛོན་ཆགས་པ། །དེ་སྤེད་དེ་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་འདིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་  
རྒྱག་བསྐྱེད་ལ་སྐྱར་ཞིང་། ད་དུང་གདོན་འདིའི་དབང་དུ་སོང་ན་སྐྱར་ཡང་  
འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་རྒྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བ་ལས་འོས་མ་འདས་ཏེ། འཁོར་  
བར་གནས་གྱི་རྒྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་འདི་ཁོ་ནའི་མཐུ་ལས་  
བྱུང་། ཆེ་འདིར་ཡང་མི་འདོད་པ་ཅི་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་གདོན་

ཆེན་འདི་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་། མདོར་ན་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སློང་འདིས་  
 སྡིག་པ་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ཅིང་དགོ་ཅ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དུག་  
 དང་འབྲེས་པའི་ཟས་བཞིན་དུ་ཆུད་ཐོས་པར་བྱེད་དེ། སློང་ན་འདིས་ཟིན་པའི་  
 དབང་གིས་དགོ་ཅ་ཅི་བསགས་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་  
 དང་། ཡང་འཁོར་བ་ལ་སློང་ནས་ཐར་འདོད་སྦྱེས་ཀྱང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་  
 དུག་འདིའི་དབང་གིས་དགོ་ཅ་ཅི་བྱས་དམན་ལམ་དུ་གཏོང་བར་བྱེད་པས་ན་  
 སློན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སློང་ན་འདི་ལ་ཕྱང་  
 བྱེད་ལྷག་པའི་མགོ་ཅན་ཞེས་གསུང་བ་ལྟར། འདི་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་ཕྱང་བར་བྱེད་  
 པའི་སློང་ན་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏང་སྟམ་དུ་ཞེ་དམ་པ་ལ་ཕྱི་  
 ཞིང་། དེ་ལྟར་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟམ་དུ།

རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཙོད་ནད་འདི། །

མི་འདོད་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །

ལེ་ལན་བདས་ལ་ཁོན་དུ་བཟུང་བྱས་ཏེ། །

བདག་འཛིན་གདོན་ཆེན་འཛོམས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་པ་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
 གྱི་སྦྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
 གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་པ་ནི། སྒྲུ་མ་ལྟ་སྒྲུ་མ་  
 བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་  
 གི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གཅེས་འཛིན་ཉིད་ལས་འབྱུང་བས་རང་  
 གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་དུ་མི་གཏང་བར་བྱིན་ཆད་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་འདི་  
 རྣམས་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ་སྒྲུ་མ་དུ་བསམ། བདེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གཅེས་འཛིན་ལས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་སྒྲུ་མ་ན། གནས་  
 སྐབས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཡང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དྲིན་ལས་ཐོབ་དགོས། བཟའ་  
 བཏུང་ལ་སོགས་པའི་ལོངས་སྟོང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དྲིན་  
 ལས་འབྱུང་། ཆེ་རིང་བ་དང་། གཟུགས་བཟང་བ་དང་། དབང་ཆེ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་འཁོར་བའི་ཕུན་ཚོགས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དྲིན་ལས་འབྱུང་  
 རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོག་གཅོད་སོགས་  
 གཞོད་འཆེ་བྱས་པས་དཔྱལ་བར་སྟེ། དེ་ལས་ཐར་ཏེ་མི་ལུས་ཐོབ་ཀྱང་ཆེ་  
 ཐུང་བ་དང་། རྒྱུ་མཉམ་པ་དང་། གཞོད་འཆེ་ཆེ་བ་སོགས་མི་འདོད་པ་ཁོ་ན་  
 འབྱུང་། མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟོག་གཅོད་པ་ལས་ཐར་བར་བྱས་པས་  
 བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་དང་། ཆེ་རིང་བ་དང་། གཟུགས་བཟང་བ་སོགས་བདེ་སྦྱིད་  
 ཁོ་ན་འབྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ལ་མ་བྱིན་པར་སྒྲུངས་པ་དང་། ཟང་  
 ཟེང་སྟེར་མི་རུས་པར་སེ་སྒྲུ་བྱས་པ་ལས་ཡི་དྲགས་སུ་སྦྱེ་བ་དང་། མི་ལུས་  
 ཐོབ་ཀྱང་དབུལ་ཞིང་ཕོངས་པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་འབྱུང་། མ་ཀླན་

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བར་བེད་གི་པན་བཏགས་པ་ལས་ཡོངས་སྤྱོད་འབྱོར་  
 པ་ཆེ་བ་སོགས་བདེ་སྤྱོད་ཁོ་ན་འབྱུང་། སེམས་ཅན་ལ་སྤྱོད་བརྗོད་བྱས་པ་  
 ལས་དུད་འབྱོར་སྤྱོད་བ་དང་། མི་ལུས་ཐོབ་ཀྱང་རིགས་དམའ་བ་དང་། ཀྱན་  
 གྱིས་བརྟམས་པ་དང་། དབང་ཚུང་ཞིང་ཉམ་ཐག་པ་སོགས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཁོ་  
 ན་འབྱུང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་མགྲུ་བར་བྱས་ཤིང་བཟོད་པ་  
 བསྐྱོམས་པས་གཟུགས་བཟང་ཞིང་རིགས་མཐོ་བ་དང་། དབང་ཆེ་བ་དང་།  
 ཀྱན་གྱིས་གོང་དུ་འཁུར་བ་ལ་སོགས་པ་བདེ་སྤྱོད་ཁོ་ན་འབྱུང་། མདོར་ན་  
 འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་  
 གཅེས་པར་འཛིན་པ་ལས་འབྱུང་། དུན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་  
 རིན་ལས་འབྱུང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་བཟུང་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཡང་  
 སེམས་ཅན་གྱི་རིན་ལས་འབྱུང་སྟེ། མ་རྒྱན་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་སོགས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་བསྐྱབས་  
 པ་ལས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འབྱུར་གྱི། སེམས་ཅན་ཡལ་བར་དོར་ནས་  
 སངས་རྒྱས་འཐོབ་པ་མི་སྤྱོད་དོ། །དོན་དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྤྱོད་འཇུག་ལས།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས། །སངས་རྒྱས་ཆོས་འབྱུག་འབྲུག་ལ། །  
 རྒྱལ་ལ་གྲུས་བྱེད་དེ་བཞེན་དུ། །སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ། །ཞེས་  
 དང་། མགོན་པོ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱེད་དུ་ཡང་། སེམས་ཅན་  
 བཏེན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །གོ་འཕང་སྤྱོད་ཆེད་ཆེད་འབྱུར་ན། །སྤྱོད་པ་མི་ཡི་  
 ཡོངས་སྤྱོད་གང་། །ཆངས་དང་དབང་པོ་བྲག་པོ་ དང་། །འཛིག་ཏེན་སྤྱོད་

བས་བསྟེན་དེ་དག། །སེམས་ཅན་པན་པ་ཅམ་ཞིག་གིས། །མ་དངས་པ་ནི་  
འགྲོ་གསུམ་འདིར། །འགའ་ཡང་མེད་ལ་མཆོར་ཅི་ཡོད། །ཅེས་གསུངས།  
དེས་ན་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་བདག་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་  
ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་སྟེར་བར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་  
བྱ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ཅིང་། ལྷ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་ལྟ་བུའི་སྟུང་དུ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་  
ཤིང་པངས་པའི་སྒོ་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས། འདི་དག་ཡིད་  
བཞིན་ཞོར་བྱ་སྟེ། །བུམ་པ་བཟང་ཡིན་འདོད་འཛིན་བ། །དེ་བྱིར་ལྷ་དང་ལྷ་  
མ་བཞིན། །དེ་དག་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན། །ལུང་དང་རིགས་པས་ཡོངས་སུ་  
བལྟས་ནས་ནི། །སེམས་ཅན་ཀུན་ནི་བདག་གི་སྟུང་སྒོ་མ་པའི། །དམ་པའི་  
ལག་ཏུ་དགོ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ནི། །ཡུན་མི་རིང་བར་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་  
ཡིན། །ཞེས་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤང་རི་ཐང་པའི་སྒོ་སྦྱོང་ལས།  
བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་ལས་ལྷག་པའི།  
དོན་མཆོག་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས། །ཏག་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་  
ཤོག །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་རང་  
གི་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་ལྷ་མ་  
སྟུང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུང་དུ།

མ་རྣམས་གཅེས་བཟུང་བདེ་ལ་འགོད་པའི་སྒོ། །

མཐའ་ཡས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་སྒྲོར་མཐོང་ནས། །

འགྲོ་བ་འདི་དག་བདག་གི་དབྱར་ལངས་ཀྱང་། །



སྟོག་ལས་གཅེས་པར་འཛིན་པར་བྱེན་གྱིས་སྟོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
 གྱི་སྐྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་  
 དེའི་གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་བདག་  
 གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོན་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་སྟོ་དུ་མ་ནས་  
 བསམས་ཏེ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་དང་སྦྱང་ཆེ་ཤུགས་དྲག་  
 བོ་སྦྱེས་པ་ནི་བདག་གིས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་  
 རས་སྟོལ་བ་ལ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདེའི་བསམ་པ་བསྦྱེད་དགོས་པར་  
 འདུག་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་དེ་བསྦྱེད་པར་བྱས་སམ་མི་བྱས། མི་བྱས་  
 བ་ནི་འབད་ཀྱང་ངལ་བ་འབྲས་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། བྱས་ན་ནི་བསྦྱེད་པར་བྱའོ་  
 ལྟམ་དུ་བཏག་དགོས་ཏེ། ལྷན་པོ་རྣམས་ནི་པན་ཡོན་ཆེ་ཟེར་བའི་ཆོག་ཙམ་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཡིན་ལ། སྟོ་གོས་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ནི་བྱ་བ་གང་བྱེད་  
 ཀྱང་ཆོག་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་མི་འཇུག་པར། བྱ་བ་དེ་བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་  
 མེད་དང་། དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་རང་གིས་བསྐྱབ་བྱས་མི་བྱས་བཏགས་ནས་  
 འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ན་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདེའི་བསམ་  
 པ་ངེས་པར་བསྦྱེད་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན་རང་གི་དགྲ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་ཙམ་  
 གྱིས་ཀྱང་མི་འདོད་པ་ཆེན་པོ་སྦྱེ་བ་ཞིག་ཀྱང་། བྱིས་མ་ཐུན་ནས་ཤིན་ཏུ་

མཛེས་བར་གྱུར་པ་ན་དེ་མེད་པར་སྐྱད་ཅིག་གྱུར་སྒྲོད་མི་ཚུགས་པ་ལྟ་བུའི་  
 འིན་ཏུ་གཅེས་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་སྒྲོང་བས་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །བདག་གཞན་བཟེ་  
 བའི་དོན་ནི། རང་གི་ལུས་དང་གཞན་གྱི་ལུས་བཟེ་བ་དང་། རང་གི་སེམས་  
 དང་གཞན་གྱི་སེམས་བཟེ་བའི་དོན་མིན་ཏེ། དེ་ལྟར་དུ་རུས་པ་མི་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར་དོ། །དེས་ན་རང་གཅེས་པར་འཇིན་པའི་སྒྲོ་དང་གཞན་ཡལ་བར་འདོར་  
 བའི་སྒྲོ་གཉིས་གོ་ས་བཟེས་ཏེ། རང་ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་གཅེས་པར་  
 འཇིན་པའི་སྒྲོ་བསྐྱེད་པའོ། །མདོར་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གཞན་བཟེ་བར་མཛེས་པས་རང་གཞན་གྱི་དོན་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་འདི་འདྲ་ཐོབ། །བདག་ཅག་གིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་ཡལ་བར་  
 དོར་ནས་རང་གཅེས་པར་བཟུང་བས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་ལུས་ནས་  
 སྒྲུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་མར་སྒྲོང་བ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་བདག་གིས་གྱུར་  
 སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེས་རི་ལྟར་མཛེས་པ་བཞིན་དུ་བདག་གཞན་བཟེ་  
 རུས་པར་སྒྲུབ་པ་ལྟས་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

མདོར་ན་གྱིས་པ་རང་དོན་ཁོ་ན་དང་། །

ཐུབ་དབང་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་མཛེས་པ་ཡི། །

སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བ་ཉོགས་པའི་སྒྲོས། །

བདག་གཞན་མཉམ་བཟེ་རུས་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཐུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་པ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་

གྱི་སྐྱེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་  
 དེའི་གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །ཚུལ་དེ་ནི་སྦྱོང་  
 འདུག་ལས། འཛིག་རྟོན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་འདོད་  
 ལས་བྱུང་། །འཛིག་རྟོན་སྦྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ཀྱན་རང་བདེ་འདོད་  
 ལས་བྱུང་། །མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། །བྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་  
 དང་། །ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། ། འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་བྱུང་པར་  
 ལྟོས། །བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྦྱག་བསྐྱེད་དག །ཡང་དག་བརྗེ་བར་མ་བྱས་  
 བ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འབྱུང་ཅིང་། །འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །ཅེས་  
 གསུངས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྗེས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། མ་  
 བརྗེས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེ་བ་སྒྲོམ་པ་  
 ལ་སྦྱོ་བྱགས་དང་། བསམ་པ་དེ་གོམས་ན་ངེས་པར་བསྦྱེད་རྒྱས་པར་མཐོང་  
 བས་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེ་ངེས་པར་སྒྲོམ་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་བྱགས་དག་  
 བོ་སྦྱེས་པ་ན། ལྷ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་  
 སྦྱག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་འདོད་ན་ནི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འབྱུང་གནས་ནི་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་འདུག །ཡོན་ཏན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟོན་ནི་སེམས་ཅན་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་འདུག་པས། ད་  
 ནི་བདག་གིས་སྦྱང་གི་དག་པོ་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་

ཅིག་ཀྱང་མི་གཏང་བར། རང་གཅེས་འཛིན་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་པ་གསུང་དུ་མི་  
སྒྲུབ། སྒྲུབ་པ་ནམས་སྒྲུབ་གཅད་པར་བྱ། མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་ནམས་གཅེས་  
པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་པ་གསུང་དུ་བསྒྲུབ། སྒྲུབ་ཅིན་ནམས་གོང་  
འཕེལ་དུ་བྱས་ཏེ་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ཉིད་ལ་ཉམས་  
ལེན་སྦྱང་པོར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ་སྨྲས་དུ།

རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་སྒྲུབ་པ་ཀྱན་གྱི་སྒྲོ། །

མ་ནམས་གཅེས་འཛིན་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞི། །

དེ་བྱིར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ལ། །

ཉམས་ལེན་སྦྱང་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབ། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་བྲགས་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོགས་ནམས་  
གྱི་སྒྲུབ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་སྒྲུབ་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲུབ་ལ་སྒྲུབ་པར་བསམ་མོ། །ཚུལ་དེ་དག་ནི་སྒྲོ་སྒྲུབ་ཅི་  
ཆོག་ལས། ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་འདལ། །ཀྱན་ལ་བཀའ་བྱིན་ཆེ་བར་  
བསྒྲོམ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་དེ་ལྟར་བསམས་པས་མ་ཁྱེད་  
སེམས་ཅན་ནམས་ཤིན་ཏུ་གཅེས་ཤིང་ཕངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འོང་

གི་བྱམས་པ་སྒྲུབ་ལས་ཀྱང་ཤྱགས་དྲག་པ་དང་། བཏྱན་པ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བར་  
 གྱུར་ཅིང་། མ་ཁྱེན་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་ན་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་བསམས་  
 པས་སྒྲིང་རྗེ་ཤྱགས་དྲག་ཏུ་འཕེལ་ཏེ། བདག་གིས་ཐབས་གང་བྱས་ན་མ་  
 ཁྱེན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱེད་  
 རུས་སྒྲུལ་དུ་བསམས་པ་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་ནི་དགོ་བའི་  
 བསམ་པ་སྒྲུབ་རྗེ་སྐྱེ་བའང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་ནམ་ཡང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་  
 པའི་དུས་མེད་པ་ལྟ་བུ་འདུག་པས། དེ་བདག་གིས་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེལ་རྣམས་སྦངས་ཏེ་མ་ཁྱེན་འདི་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྐྱག་  
 བསྐྱེལ་ལས་ཐར་བར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱེད་རུས་པར་སྒྲུབ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྒྲུལ་དུ།

དེས་ན་རྗེ་བཙུན་སྒྲུབ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །

མ་གྱུར་འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་སྐྱོབ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཀུན། །

མ་ལུས་ད་ལྟ་བདག་ལ་སྒྲིན་པ་དང་། །

བདག་གི་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་བཏང་པ་ཡིས། །

འགྲོ་ཀུན་བདེ་དང་ལྷན་པར་སྐྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤྱགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་མ་ལྟ་ཆོག་ལས་རྣམས་  
 ཀྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་



གོགས་བྱེད་སྤངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་  
 བསམ་པ་ནི་ཐེག་ཆེན་སློབ་སྦྱོང་གི་སྦྱོང་པོའི་ཡང་སྦྱོང་པོ་ཡིན་པས་འདི་  
 བསྦྱེད་པ་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ནས་སྦྱེས་བྱའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་དགོས་  
 སོ་ཞེས་གོ་བའི་ཆེད་དུ་ལྷ་མ་ལ་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་ཞེས་འབོད་པའི་ཆོག་སྟོན་  
 དུ་བཏང་ནས་ལམ་གྱི་སྦྱོང་པོ་འདི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་གསོལ་འདེབས་བྱེད་པ་  
 དང་། དེ་ཡང་མ་མཐའ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་གསོལ་འདེབས་བྱེད་དགོས་  
 པར་གསུང་སྟེ། ད་ལྟའང་རི་བོད་པ་རྣམས་ལ་གསོལ་འདེབས་འདི་ལན་  
 གསུམ་དུ་མཛད་རྒྱུ་ཡོད་དོ། །

དེས་ན་སྐབས་འདིར་གཏོང་ལེན་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། ལྷ་མ་སྒྲོམ་བཞིན་  
 པའི་རང་ནས་རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་མ་རྒྱ་སེམས་ཅན་རྣམས་གསལ་བར་  
 དམིགས་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་གི་མ་རྒྱ་འདི་རྣམས་འདི་ལྟར་  
 ཐུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པ་སྦྱོང་རེ་རྗེ་སྦྱོང་དུ་བྱས་སྦྱོང་རྗེ་ཤུགས་ཤུག་  
 པོའི་སྒྲོ་ནས་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་པ་ལ། སྒར་གོམས་པའི་དབང་གིས་ད་ལྟ་རང་  
 གི་ཐུག་བསྐྱེད་ཡང་མི་བཟོད་པ་འདི་འདྲ་ན་གཞན་གྱི་ཐུག་བསྐྱེད་རི་ལྟར་  
 ལེན་ཀྱས་སྦྱོང་དུ་འཛིགས་སྐྱབས་བྱུང་ན། སྒོ་གོམས་པའི་སྦྱོང་དུ་སྟོན་ལ་རང་  
 གི་མ་འོངས་པའི་ཐུག་བསྐྱེད་རྣམས་ལེན་གསུང་། དེའི་ཚུལ་ནི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ན་སྤྱོད་རང་ལ་སྦྱོང་རྒྱའི་ཐུག་བསྐྱེད་རྣམས་ད་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་སྤང་།  
 སང་སྦྱོང་རྒྱའི་ཐུག་བསྐྱེད་རྣམས་དེ་རིང་གི་ཐོག་ཏུ་སྤང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་མ་

དང་། ལོ་དང་། ཆེ་མཇུག་དང་། མ་འོངས་པའི་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་ལྟུག་བསྐྱེད་ཆམས་ད་ལྟའི་རྒྱུ་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་པོ། །དེ་ལ་གོམས་ནས་སྒོ་  
 སྟོབས་རྒྱས་པ་ན་ཐོར་མར་རང་གི་ཆེ་འདྲིའི་མ་མདུན་དུ་བསྒྲོམས་ནས་དེ་ལ་  
 གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ། དེའི་ཚུལ་ནི་རང་གི་སྒྲ་བྲུག་གཡས་ནས་སྤྱོད་སངས་  
 གྱིས་འབྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་རང་རྒྱུ་གྱི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་འོད་དཀར་  
 པོའི་རྣམ་པར་སོང་བ་མ་དེའི་སྒྲ་བྲུག་གཡོན་པ་ནས་ཞུགས་པས་མ་དེ་བདེ་  
 བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པར་བྱས་སོང་སྟམ་དུ་དགའ་བ་  
 བསྒྲོམ། སྤྱོད་ཚུར་རྒྱལ་བ་དང་མཉམ་དུ་མ་དེའི་རྒྱུ་གྱི་སྤྱིག་པ་དང་སྤྱིག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྒྲ་གྱིས་སྒྲ་བཞུར་བ་བཞིན་དུ་ནག་ལིང་ལིང་ཆད་ནས་  
 མའི་སྒྲ་བྲུག་གཡས་པ་ནས་ཐོན། སྤྱོད་གིས་ཚུར་བྱངས་ཏེ་རང་གི་སྒྲ་བྲུག་  
 གཡོན་པ་ནས་ཞུགས་སྤྱོད་ནང་དུ་གཅེས་འཛིན་གནས་པའི་ཐོག་ཏུ་བབས་  
 པས་གཅེས་འཛིན་བྱུང་གྱིས་བརྒྱག། མ་དེ་སྤྱིག་བསྐྱེད་དང་སྤྱིག་བསྐྱེད་གྱི་  
 རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་སོང་སྟམ་དུ་དགའ་བ་བསྒྲོམ། དེ་ལ་སྒོ་འབྱོརས་པ་ན་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་གཞན་རྣམས་ལ་གཏོང་ལེན་དེ་ལྟར་དུ་བསྒྲོམ། དེ་  
 རྣམ་རིམ་གྱིས་རྒྱ་རྩེ་ཆེར་བཏང་སྟེ་ནམ་མཁའི་མཐའ་ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་གཏོང་ལེན་དེ་ལྟར་དུ་བསྒྲོམ་མོ། །དེ་ནས་རང་གི་ལུས་ཡོངས་  
 སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགོ་བ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་འོད་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་  
 རྣམ་མཁའི་མཐའ་ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་བཏང་།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྤྱིག་སྤྱིབ་དང་སྤྱིག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་དུས་

གཅིག་ཏུ་ཚུར་སྒྲངས་པས།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་སྒྲུག་  
 བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲོལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་པར་བསམ།      དེ་ནས་སྟོད་ཀྱི་  
 འཛིག་ཏེན་རྣམས་ལ་བཏང་ཞིང་ཉེས་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་ཚུར་སྒྲངས་པས་སྟོད་  
 ཐམས་ཅད་དག་ནས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་བདེ་བ་ཅན་ལྟ་བུ་ལ་སྟག་ཏུ་བྱུང།  
 ད་ནི་བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་བྱུང་བས་རེ་  
 དགའ་སྟམ་དུ་དགའ་བ་ཆེན་པོ་བསྒྲོམ།      འདི་དག་གྲང་སྟེང་པོ་བསྐྱུས་ནས་  
 ཅུང་ཟད་ཅིག་བཀོད་པ་ཡིན་གྱི།      བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེའི་སྟོན་ས་གཏོང་ལེན་སྟོམ་ཚུལ་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་གདམས་ངག་སྟེ།  
 འདི་ལ་དམིགས་པའི་གནད་མང་དུ་ཡོད་ཅིང་།      འདིའི་སྟོན་ས་སངས་རྒྱས་  
 བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་ཚུལ།      སྒྲ་མ་དམ་པའི་ཞབས་བཏན་དུ་  
 དམིགས་པ་བྱེད་ཚུལ་སོགས་མན་ངག་གི་གནད་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་མང་དུ་  
 ཡོད་པ་རྣམས་སྟོ་སྟོང་གི་བྲིད་ཡིག་ཏུ་བྲིས་བྲིན་ཏོ།      །སྒར་བཤའ་པའི་གཏོང་  
 ལེན་སྟོམ་ཚུལ་དེ་ནི་སྟོ་སྟོང་གི་རྩ་ཆོག་ཏུ།      གཏོང་ལེན་གཉིས་པོ་སྟེལ་མར་  
 སྦྱང་།      །ལེན་པའི་གོ་རིམས་རང་ནས་བརྩམ།      །དེ་གཉིས་རྒྱང་ལ་བསྒྲོན་པར་  
 བྲ།      །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནོ།      །སྟོ་སྟོང་གི་དོན་ཆོན་གསུམ་པ་རྒྱེན་ངན་  
 ལམ་དུ་བསྐྱར་པ་ནི།      སྒྲ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ།  
 སྟོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་མི་དགེ་བཅུའི་བདག་འབྲས་ཤིན་ཏུ་བདོ་བས་གང་ཞིང་།  
 བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་བསམ་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་ལས་མེད།      བྱ་རྒྱུ་ལས་  
 ངན་གསོག་པ་ལས་མེད།      དེའི་དབང་གིས་ནག་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བའི་ལྷ་ལྷ་

འབྱུང་པོ་རྣམས་མ་ཐུ་སྟོབས་རྒྱས། །སྤྱིར་ཆོས་བྱེད་ཡོངས་ལ་གཞི་དེ་འཆེ་  
 མང་། བྱེད་པར་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོག་གས་  
 རས་རྒྱུན་ངན་རུ་འཛིངས་པའི་སྐབས་འདིར་སྒྲོ་སྒྲོང་གི་ཆོས་འདི་འདྲ་བ་  
 ཞིག་གི་ཉམས་ལེན་མེད་ན་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་དགའ་ལ། སྒྲོ་སྒྲོང་  
 འདིའི་སྒྲོ་རྣམས་འགལ་རྒྱུན་རྣམས་མ་ཐུན་རྒྱུན་དུ་བསྐྱུར། བར་ཆད་ཐམས་  
 ཅད་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར། གཞི་དེ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱུལ་མ་  
 བྱེད་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྟ་བུར་བསམས་ནས་ལམ་དུ་འབྱེད་ཤེས་  
 པ་ཞིག་བྱུང་ན་རྒྱུན་ངན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་སུ་འཆར་  
 བར་གསུངས་པས། རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་འབྱེད་པའི་ཉམས་ལེན་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་  
 གལ་ཆེའོ། །དེས་ན་རྒྱུན་ངན་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་འདི་ལ་བསམ་པས་བསྐྱུར་  
 བ་དང་། སྒྲོར་བས་བསྐྱུར་བ་གཉིས། བསམ་པས་བསྐྱུར་བ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་རྣམས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ་དང་། ལྟ་བའི་སྒྲོ་རྣམས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ་  
 གཉིས་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་རྣམས་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ་ནི།  
 རང་ལ་གཞི་དེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱུལ་གང་བྱུང་ཡང་གཞན་སུ་ལའང་ལེ་ལན་  
 བདའ་ས་མེད་ཀྱི། བདག་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ཡིན།  
 འོན་ཀྱང་མི་འདོད་རྒྱ་མེད་དེ། འདི་ཐམས་ཅད་ཆེ་རབས་སྤྲ་མའི་ལས་ངན་  
 ཀྱི་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་རང་གི་ལས་ངན་ཟད་པའི་ཐབས་སུ་འདུག་པས།  
 བདག་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་སྒྲོ་འགག་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱལས་  
 ཀྱིས་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་འདིར་ཟད་པར་འདུག་པས་གོ་བཅད་དོ་སྙམ་པ་



དང་། ཡང་འདི་ལྟར་དུ་གཞི་དཔེ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་མཐའ་  
 ཡས་བ་ཡོད་པས་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་དཔེ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གི་རྒྱུད་སྟེང་དུ་སྒྲིན་པར་གྱུར་ཅིག་སྟེ་དུ་གཏོང་  
 ལེན་བསྒྲོམ་མོ། །ཡང་མི་དང་མི་མ་ཡིན་ཀྱི་གཞི་དཔེ་དང་རྣམས་ལ་འདི་དག་  
 བདག་གི་ཆེ་རབས་སྒྲིན་མའི་དྲིན་ཅན་ཀྱི་མ་ཉམས་ལྟར་ཡིན་པ་ལ། བདག་གི་  
 ལས་ངན་པས་བསྐྱེལ་ནས་བདག་ལ་གཞི་དཔེ་ལས་བྱས་པས་འདི་དག་  
 དཔྱུལ་བར་འགོ་བ་འདུག །བདག་ནི་འདི་དག་གིས་དག་སྦྱོར་ཀྱི་བསྐྱེལ་མ་  
 བྱས་པས་ཡོན་ཏན་ཀྱི་གྲོགས་སུ་འགོ་བར་འདུས་པས། དོན་དུ་ན་འདི་དག་  
 བདག་ལ་གཞི་དཔེ་དང་དུ་མ་སོང་། བདག་འདི་དག་ལ་གཞི་དཔེ་དང་དུ་སོང་  
 འདུག་པས་བདག་གི་མ་གཞི་འདི་རྣམས་སྟེང་རེ་རྗེ་འདི་དག་གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་སྒྲིན་པ་དང་། བདག་གི་བདེ་དག་འདི་དག་ལ་སྒྲིན་པར་  
 གྱུར་ཅིག་སྟེ་དུ་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་། ཡང་གཞི་དཔེ་དང་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ལ་  
 བེ་རང་གི་ལུས་ཡིངས་ཀྱིས་སྒྲོས་བཏང་ལ། སྦྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 དང་། སྒྲོས་ཆོས་མཛུགས་ཡོངས་དང་། ཡང་སྒྲོས་དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་པ་དཔེ་སྤྱི་  
 སྤྱུང་དུ་ངའི་ཉམས་ཐོག་དོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་འདི་བྱིད་ཅག་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ལ་  
 སྦྱིར་བ་ཡིན་པས། ཉམས་ལ་དགའ་བ་ཉམས་ལོ། ཐོག་ལ་དགའ་བ་ཐོག་འཕྱངས།  
 རུས་ལ་དགའ་བ་རུས་ལ་ཐུང་། ཅི་འདོད་པ་བྱིར་ཞིག །ཅེས་བཟོད་ཅིང་  
 སྦྱོས་མེད་དུ་སྒྲོས་བཏང་ལ་བྱིད་ཅག་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ཀྱིས་བདག་བྱང་ལྟ་  
 ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་གྲོགས་བྱས་པས་བཀའ་དྲིན་རེ་ཆེ། ད་དུང་སེམས་ཅན་



ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་དཔེ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་གཅིས་འཛིན་  
 འདིའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲིན་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བཞིན། གཞན་ཡང་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ལ་སྒྲིན་དུ་མི་བཟུང་བར་ཡོན་ཏན་དུ་བཟུང་ཚུལ་སྒྲིན་  
 འབྱུག་ལས། གཞན་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡོན་ཏན་ནི། །སྒྲི་བས་དེགས་པ་སེལ་  
 བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲི། །སྒྲིག་ལ་འཛེམས་ཤིང་དགེ་ལ་  
 དགའ། །ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་བསམས་ནས་རྒྱུན་དན་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་ཅི་བྱུང་བྱོ། །ལྟ་བུའི་སྒྲི་ནས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་  
 བ་ནི། རྩེ་བཙུན་སྒྲི་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྒྲིན་ཐོག་  
 མ་མེད་ནས་ད་ལྟའི་བར། །གདོན་རང་གི་སྒྲིང་ལ་གནས་བཅས་ནས། །ཡུལ་  
 བདག་མེད་གཅིག་ལ་བདག་ཏུ་བཟུང་། །འབྲུལ་པན་པའི་ཐོལ་གྱིས་བསྐྱུས་  
 བྱས་ཏེ། །ང་དཔྱལ་བར་བསྐྱེད་པ་འང་བགྱང་ལས་འདས། །དུས་དེ་རིང་སྒྲི་  
 མའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས། །དབྱ་བདག་འཛིན་འགོང་པོའི་མཆོང་རིག་པས། །  
 སེམས་སྒྲིས་བྲལ་གཉུག་མའི་ངོ་བོ་མཐོང་། །བྱ་རང་བྱང་རིག་པའི་གཞོན་ནུ་  
 དང་། །ཡུལ་འོད་གསལ་ཆོས་དབྱིངས་མཛེས་མ་མཇུག། །དབྱིངས་རིག་པ་  
 དབྱེར་མེད་ཐབས་ཤེས་འབྱེལ། །འདི་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པའི་གྲོགས་སུ་བཟང་།  
 །ཞེས་དང་། །ཡང་རྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། །སྤང་ཅམ་གྱིས་སྐྱུ་  
 མའི་ངོལ་པར་མཐོང་། །མཐོང་བས་ཨ་འཐས་འཆིང་བ་གཞིག། །ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བདེ་སྤྱད་དང་བཟང་དན་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་གང་ཤར་  
 ཐམས་ཅད་སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་བཟུས་ཏེ་སྤང་བ་

ཐམས་ཅད་ཏེན་འབྲེལ་དུ་འཆར་ཅི་བྱུང་བའོ། །མདོར་ན། སྟོག་འཆོ་འཆི་  
 འབྱོར་གྱུད་བདེ་སྟུག་དང་། །ཡང་བསྟོད་སྦྱང་སྟོན་དང་མི་སྟོན་སོགས། །གང་  
 བྱུང་ཡང་སྒྲུ་མ་འི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཡིན། །ཨ་ལ་ལ་ཅི་བྱས་སྟོ་བ་དགལ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱུན་བཟང་ངན་ཅི་བྱུང་ཡང་དགེ་སྦྱོར་གྱི་བསྐྱེད་མ་དང་  
 ཆོས་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་སུ་འབྱེད་ཤེས་པར་བྱས་ནས། རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་  
 གིས་ཀྱང་བརྗེ་མི་རུས་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྟུར་དུ་བསྐྱོད་པར་  
 བྱོལ། །སྦྱོར་བའི་སྟོན་ལམ་དུ་བསྐྱུར་ཚུལ་ནི། སྦྱོར་བ་བཞི་དང་ལྷན་པའི་  
 ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱོར་བ་བཞི་སྟེ། ཆོགས་གསག་  
 པ། སྟོག་པ་སྦྱོང་བ། གདོན་བགགས་ལ་གཏོར་མ་སྟེར་བ། ཆོས་སྦྱོང་ལ་  
 འཕྲིན་ལས་འཆོལ་བའོ། །དེ་བཞིའི་སྟོན་ལམ་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་འབྱེད་ཚུལ་ནི།  
 བདེ་གདོན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ངན་བྱུང་བ་ན། སྟུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཅིང་  
 བདེ་བ་འདོད་ན་བདེ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་སོགས་ཤིག་ཅས་སྒྲུ་མས་བརྟུ་མཛད་  
 པར་འདུག་སྟུམ་དུ་བསམས་ལ། སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་མཆོད་པ་དང་མཆུལ་  
 ལུལ་ལ། བདག་ན་བ་ལེགས་ན་ན་བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུ་བ་ཏུ་གསོལ། །གསོས་  
 བ་ལེགས་ན་གསོས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྟུ་བ་ཏུ་གསོལ། །ཤི་བ་ལེགས་ན་འཆི་  
 བར་བྱིན་གྱིས་བརྟུ་བ་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་རེ་དྲོགས་འགོག་པའི་གསོལ་  
 འདེབས་བྱོལ། །སྟོག་པ་སྦྱོང་བའི་སྟོན་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ་ནི། ཁྱོད་སྟུག་  
 བསྐྱེད་མི་འདོད་ན་དེའི་རྒྱ་སྟོག་པ་སྦྱོངས་ཤིག་པའི་བརྟུ་མཛད་པར་འདུག་  
 སྟུམ་དུ་བསམས་ལ་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་བསྟོམ་ལ་འབད་དོ། །གདོན་

བགོགས་ལ་གཏོར་མ་བྱིན་པའི་སྒོ་ནས་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ནི། གཞོད་བྱེད་  
 གདོན་བགོགས་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་བྱིན་ལ། བདག་ཆེ་འདིའི་ག་ཞོམ་ར་ལ་  
 གཡེངས་ནས་ཆོས་མ་དྲན་པ་ལ་བྱེད་ཅག་གིས་དགོ་སྒྲོར་གྱི་བསྐྱལ་མ་བྱས་  
 པས་བཀའ་བྱིན་རེ་ཆེ། ད་དུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་འདོད་པའི་སྐྱེན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ངའི་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྒྲིན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་  
 གྱི་བར་དུ་དགོ་སྒྲོར་གྱི་བསྐྱལ་མ་མཛོད་ཅིག་བྱས་ལ་གཏོར་མ་སྒྲེར་  
 རོ། །ཆོས་སྒྲིང་ལ་འཕྲིན་ལས་འཆོལ་བ་ནི། མཆོད་གཏོར་ཕུལ་ལ་སྤར་སྒྲ་མ་  
 ལྟ་ཆོགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ལྟར་རེ་དྲོགས་འགོག་པའི་གསོལ་  
 འདེབས་གྱི་སྒོ་ནས་འཕྲིན་ལས་འཆོལ་ལོ། །དེ་ལྟར་བསམ་པ་དང་སྒྲོར་བ་  
 གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྐྱེན་ངན་ལམ་དུ་སྐྱར་ཆུ་ལ་དེ་དག་ལ་མ་གོམས་པ་དང་།  
 སྒྲིང་སྒྲོབས་ཆུང་བས་དེ་ཙམ་མི་རྒྱས་ནས་སྐྱེན་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ལས་  
 གྱི་འབྲས་བྱར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་བསག་སྐྱང་ལ་འབད་ཅིང་། ཆོས་བསྐྱབ་  
 པ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་གསོལ་འདེབས་སོགས་བྱའོ། །སྐྱེན་ངན་ལམ་  
 དུ་བསྐྱར་བའི་མན་ངག་འདི་ལ་ནི་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་སྒྲོན་བྱོན་པའི་དམ་  
 པ་མང་པོས་རོ་སྒྲོམས་གྱི་གདམས་པ་དང་། ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྒྲོམས་གྱི་  
 གདམས་པ་དང་། སྒྲིད་སྒྲུག་ལམ་འབྲེར་དང་། ཐུག་པྱད་ལམ་འབྲེར་ཞེས་པ་  
 སོགས་ཟབ་བྱེད་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་པ་མང་དུ་མཛོད་པ་རྣམས་ལྟག་དང་  
 བཅས་པ་འདུ་བ་ཡིན་པས། རྗེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་སྐྱེན་རྒྱུད་འདི་ལ་སྒྲིང་  
 ནས་སྐྱབ་པ་བྱ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མན་ངག་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་གཏིང་

ཚུགས་པར་བྱའོ། །སྒོ་སྒྲོང་གི་དོན་ཆོན་བཞི་པ་ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་  
 གི་ལ་ནས་བསྟན་པ་ནི། མདོར་ན་བཟང་ངན་སྒྲུང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་། ཆོས་ཀྱན་  
 སྒྲིང་པོ་སྟོབས་ལྡེའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་ཆེ་གང་གི་  
 ཉམས་ལེན་དང་། འཆི་ཁའི་ཉམས་ལེན་གཉིས་ཡོད་པས། འཆི་ཁའི་ཉམས་  
 ལེན་ནི་འོག་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་། ཆེ་གང་གི་ཉམས་ལེན་སྟོབས་ལྡར་གི་ལ་བ་ནི།  
 འཕེན་པའི་སྟོབས། གོམས་པའི་སྟོབས། དཀར་པོ་ས་བོན་གྱི་སྟོབས། སུན་  
 འབྲེན་པའི་སྟོབས། སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་རྣམས་སོ། །དང་པོ་འཕེན་པའི་  
 སྟོབས་ནི། དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་བར་དང་། བྱང་པར་མ་ཤི་བར་དང་། ལྷག་པར་  
 དེ་རིང་ཉིན་ཞག་སྟགས་འདི་ལ་དབྱ་བོ་བདག་འཛིན་འགོང་བོའི་དབང་དུ་  
 སྐད་ཅིག་གྲང་མི་གཏང་བར། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་  
 སྟོམ་པ་ལ་ཆེ་ག་སྒྲིལ་དུ་བྱའོ་སྟུང་པའི་འཕེན་པ་ཡང་ཡང་གཏོང་  
 བའོ། །གོམས་པའི་སྟོབས་ནི། དཔལ་ཨ་ཏི་ཤ་དང་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་  
 པོའི་མན་ངག་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་  
 ཉེད་པར་བྱས་ནས་དུས་ཀྱན་སྒོ་སྒྲོང་ཞིང་གོམས་པར་བྱེད་པའོ། །དཀར་པོ་  
 ས་བོན་གྱི་སྟོབས་ནི། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མ་སྒྲེས་པ་བསྒྲེད།  
 སྒྲེས་ཅིན་གོང་འཕེལ་དུ་བྱ་བྱིར་ཆོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྒྲོང་ལ་འབད་  
 པའོ། །སུན་འབྲེན་པའི་སྟོབས་ནི། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མི་མཐུན་  
 རྟོགས་བདག་གཅིས་འཛིན་ལ་འབྱར་འཛོམས་བྱེད་པའོ། །སྟོན་ལམ་གྱི་  
 སྟོབས་ནི། དགོ་སྒྲོང་གང་བྱེད་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་



རྒྱུར་བསྐྱོ་ཞིང་སྒོན་ལམ་འདེབས་པའོ། །སྟོབས་ལྷ་པོ་འདི་ནི་ཆེ་གང་གི་  
 ཉམས་ལེན་སྟུང་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བའི་གདམས་པ་ཡིན་གསུང་སྟེ། དེང་ནས་བྱང་  
 ཚུབ་བར་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གདམས་པ་  
 ལས་ལྷག་པ་གཞན་དུ་འཆོལ་ས་མེད་པས་ཉམས་ལེན་ལ་སྟོ་ཅེ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་  
 བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །སྟོ་སྟོང་གི་དོན་ཆོན་ལྷ་པོ་སྟོ་འབྲོངས་པའི་ཆད་ནི།  
 བྱང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་འཕེལ་བའི་ལམ་བསྐྱར་ཏེ། །ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་  
 བསྐྱོམ་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། འདི་ནི་སྟོ་སྟོང་ཅ་ཆིག་  
 ལས། ཆོས་ཀྱན་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་འདུ། །དབང་པོ་གཉིས་ཀྱི་གཙུ་བོ་  
 གཟུང་། །ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་རྒྱན་དུ་བསྟེན། །ཡོངས་ཀྱང་ཐུབ་ན་འབྲོངས་  
 པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། མདོར་བསྟུན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟོ་  
 སྟོང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་གིས་ཀྱང་  
 བསྐྱར་མི་ཐུབ་ཅིང་། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྟོམ་  
 པ་ལས་མི་ཉམས་པའོ། །དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རྣམ་ཐར་ལས་  
 འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཡང་ཁོ་བོ་ལ་གཞན་གྱིས་སྟན་བཟང་པོ་བཤམས་པ་  
 དང་། གྲུས་པས་བསྟེན་བཀྱར་སོགས་ཇི་ཅམ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆེད་དུ་  
 བསམ་མི་དགོས་པར་དུས་དེའི་སྐབས་རང་དུ། འདི་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་  
 ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བ། སྐྱུ་མའི་བསྐྱུ་བྱིད་དང་འབྲ་བ་ཡིན་སྟམ་པའི་སྟོ་བ་  
 རྒྱགས་དག་པོ་སྒྲང་བ་བྱན་ཡོང་དུ་ཐོངས་པ་ཡིད་གཏིང་ནས་འབྱུར་བ་རྒྱན་  
 རིང་པོ་རེ་སྟེ་བ་ཞིག་དང་པོ་ཉིད་ནས་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུང་



པ་ལྟར། བདེ་སྤྱད་དང་བཟང་ངན་སོགས་སྤང་བ་གང་ཤར་ཡང་འབད་ཚེ་ལ་  
 ལ་མི་སྟོས་པར་རང་ལྷགས་ཀྱིས་སྟོ་སྟོང་གི་གྲོགས་སུ་འབྲེ་བ་ཞིག་དགོས་  
 གསུང་། འབྲེ་ལ་ལ་གང་ཐུག་སྒྲིམ་ལ་སྟོར་བ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི། སྟོ་  
 སྟོང་ཅ་ཆིག་ལས། ཡུལ་གསུམ་དུག་གསུམ་དག་ཅ་གསུམ། །སྟོང་ལམ་  
 ཀུན་ཏུ་ཆིག་གིས་སྤང་། །འབྲེ་ལ་ལ་གང་ཐུག་སྒྲིམ་ལ་སྤྱར། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་གདམས་ངག་དེ་འདིར་འགོད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཉམས་ལེན་  
 གེད་ཚུ་ལ་ནི། སྟོར་བ་བཞིའི་སྟོ་ནས་རྒྱུ་ངན་ལམ་དུ་སྤྱར་ཚུ་ལ་དེ་ལའང་  
 དོན་གྱི་ཆང་ཡང་། སྟོ་སྟོང་དང་གདམས་ངག་འདི་གཉིས་ཀའི་དགོངས་པ་  
 ལྟར། ཉམས་ལེན་གེད་ཚུ་ལ་ནི་ནང་དུ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་། བྱི་ནས་མི་དང་མི་མིན་གྱི་གཞོད་པ་སོགས་བྱི་ནང་གི་རྒྱུ་བཟང་  
 ངན་སྟོ་བྱར་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ཡང་། དེའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་གྲང་མི་གཏང་  
 བར་སྤྱིར་དག་སྟོར་གྱི་གྲོགས་སུ་འབྲེར་ཅི་ཐུབ་དང་། ལྷག་པར་བདག་པས་  
 གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་ཐབས་དང་  
 གྲོགས་སུ་སྤྱིར་བར་གེད་པའོ། །དེ་ཡང་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་སྟོ་བྱར་དུ་  
 བྱད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ནང་དུ་འདོད་ཆགས་སྦྱེས་ན། དེ་མ་ཐག་ངོས་ཟེན་པར་  
 བྱས་ལ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་བ་དང་།  
 དེའི་དབང་གིས་སྤྱད་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྗེ་སྟོང་ཅིག་ཡོད་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་། དེས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱད་བསྐྱེལ་  
 ཐམས་ཅད་བདག་གི་རྒྱུ་ཉིང་དུ་སྦྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །བདག་གི་བདེ་དགོ་

ཐམས་ཅད་མ་གྲགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བར་བྱའོ་སྙམ་དུ་གཏོང་ལེན་  
 བསྐྱོམ། ཡང་སློབ་བྱར་དུ་གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཆོག་ངན་སྤྲོ་བ་སོགས་ཡུལ་ཡིད་  
 དུ་མི་འོང་བ་དང་སྤང་བ་ལས་ཞེ་སྤང་སྦྱེས་པའམ་སྦྱེ་བར་དོགས་པ་བྱང་ན།  
 རྒྱུན་དེའི་དབང་དུ་སྤྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏོང་བར་མཁའ་ཁྲབ་གྱི་མ་གྲགས་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་ཞེ་སྤང་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རང་གི་རྒྱུད་སྟོང་  
 དུ་ལེན། རང་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་མ་གྲགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཏོང་  
 བའི་གཏོང་ལེན་བསྐྱོམ། ཡང་ཡུལ་བཏང་སྟོམས་པ་ལ་དམིགས་ནས་གནས་  
 ལུགས་མི་གསལ་བའི་གཏི་ཐུག་གི་དབང་དུ་སོང་ན། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཁྲབ་  
 གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་གཏི་ཐུག་དང་དེས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 ཐམས་ཅད་ཚུར་སྤང་། རང་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་པར་གཏོང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 རྒྱུན་སློབ་བྱར་བ་གང་དང་གང་བྱང་ཡང་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར། རྒྱུན་སློབ་བྱར་བ་ལམ་དུ་སྐྱུར་ཆུང་ལ་བརྒྱུད་སྟོང་  
 བ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། རྟོད་དང་། གདོན་དང་ཐུ་གོ་དང་གཡང་ས་དང་གཅན་  
 གཟན་གྱི་གཞོན་པ་སོགས་རྒྱུན་ངན་སློབ་བྱར་བ་གང་བྱང་ཡང་། དེ་ལ་སྤྱག་  
 པར་མི་བྲ། དངངས་པར་མི་བྲ་བར་དང་དུ་སྤངས་ཏེ། འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་  
 ར་འདི་ལྟ་བུའི་རྒྱུན་སློབ་བྱར་བས་གཞོན་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པས། དེ་  
 ཐམས་ཅད་གྱི་གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱང་བདག་གི་འདིས་གོ་  
 ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག །བདག་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་པར་འདོད་པས་  
 ལུས་འདི་གཅན་གཟན་གྱིས་ད་ལྟ་ཐོས་ཀྱང་། དེ་ལ་དགའ་བཞིན་དུ་སྦྱོན་པར་

བྱའོ་སྟམ་པ་དང་། བདག་སངས་རྒྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་གཙན་  
 གཟན་དང་། ལྷ་གོ་དང་། གཡང་ས་ལ་སོགས་པ་སྟོན་འདི་དག་རྣམ་པ་ཀྱན་  
 རས་མི་འབྱུང་ཞིང་། སྟོན་བཅུད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་  
 ཞིག་ངེས་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམ་པའི་གོ་ཆ་གྱོན་ཞིང་སྟོན་ལམ་  
 གདབ་པོ། །འདི་དག་ནི་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་དོན་བསྐྱས་པ་ཡིན་གྱི། ཞིབ་  
 པར་ནི་མདོ་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཡང་འགྲོ་བཙག་ཉལ་འདུག་གི་སྟོན་  
 ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐ་མལ་པར་མི་གཏང་བར་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མན་ངག་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་བསྐྱར་ཅི་བྱབ་བྱ།  
 སྟོན་ལམ་ཀྱི་མན་ངག་རྒྱས་པར་སྟོན་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ལས་  
 འབྱུང་ཞིང་། མདོ་སྡེ་དགོན་མཆོག་སྟོན་ལས་ཀྱང་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ནམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་  
 ལ་མེ་ཏོག་གམ། བདུག་པའམ་སྟོས་གསོལ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དྲི་ང་བ་བསལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དྲི་ཐོབ་པར་ཡོངས་སུ་བསྟེན། །དེ་ཕྱག་བདར་དང་ཞལ་ཞལ་  
 བྱེད་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་ལམ་མི་སྐྱུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 དང་། སྟོན་ལམ་མཛེས་པར་ཡོངས་སུ་བསྟེན། །དེ་མེ་ཏོག་གི་གདུགས་  
 གསོལ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་  
 པའི་གདུང་བ་མེད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཡོངས་སུ་བསྟེན། །དེ་གཙུག་ལག་ཁང་  
 གི་ནང་དུ་འགྲོ་ན། འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ངན་ལས་འདས་པའི་

གྲོང་ཁྱེར་དུ་གཟུང་ངོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་ཕྱིར་འབྲུང་ན་འདི་ཉུང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་བཅོན་ར་ནས་གདོན་ཏོ་སྟུང་དུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་དོ། །དེ་གནས་ཁང་གི་སྒོ་འབྱེད་ན། འདི་ཉུང་འཛིགས་རྟེན་ལས་འདས་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་བདེ་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་དབྱེའོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དོ། །དེ་སྒོ་གཙོན་ན་འདི་ཉུང་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་རྣམས་བཅད་དོ་སྟུང་  
 དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་འདུག་ན་འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་དགོད་དོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་སྒོ་གཡས་བས་ཉལ་ན་  
 འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱ་ངན་ལས་འདའ་བས་  
 ཡོངས་སུ་ཕྱ་ངན་ལས་བཟླའོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་དེ་ནས་ལྡང་ན་  
 འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པ་ཀྱན་ནས་ལྡང་བ་རྣམས་ལས་  
 བསྐྱང་ངོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་ལུས་ཀྱི་ཆེད་ལ་འགོ་ན་འདི་ཉུང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་འགོས་སུ་འགོ་བར་གྱུར་ཅིག་སྟུང་  
 དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་དེར་འདུག་ན་འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཉི་ལྷག་གི་ལྷག་རྩ་དབྱང་ངོ་སྟུང་དུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་བཟུ་ཤལ་བྱེད་ན་འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཉོན་མོངས་པའི་བྱི་མའི་སྒྲོན་རྣམས་བཟུའོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་  
 ལག་པ་སྟལ་ན་འདི་ཉུང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་བྱི་ང་བ་  
 རྣམས་བསལ་ལོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་རྒྱང་བ་འཁྱུ་ན་འདི་ཉུང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་རྩལ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་བསལ་ལོ་



སྟེ་མ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་སོ་ཤིང་བ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་ངེ་མ་རྣམས་པ་སྣ་ཆོག་ས་བསལ་ལོ་སྟེ་མ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་ལ་ལུས་  
 གྱི་གཡོ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བར་  
 ཡོངས་སུ་བསྐྱོལ། །དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ན་  
 འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཕྱག་བྱ་  
 བར་ཤོག་ཅིག་སྟེ་མ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །རིགས་གྱི་བྱ་དེ་ལྟར་ན་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བའི་ཐབས་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་  
 རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་སྟེ་ཞིབ་བར་མདོ་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱལ། །སྟོ་སྟོང་གི་དོན་  
 ཆོན་བྱག་པ་སྟོ་སྟོང་གི་དམ་ཆོག་ལ་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། །སྟོ་སྟོང་ཁས་  
 ལྷངས་དང་མ་འགལ་བ། ཐོ་ཅོར་མ་ཤོར་བ། ཕྱོགས་རེར་མ་ལྟུང་བ། བསམ་  
 པས་གཞན་གཅེས་པར་འཇིན་ཅིང་ལུས་ངག་གི་སྟོང་པ་གྲོགས་ཆོས་མ་ཐུན་  
 རྣམས་དང་མ་ཐུན་པར་བྱ་བ། གཞན་ལ་སྟོན་བཟོད་མི་བྱ་བ། གཞན་གྱི་སྟོན་  
 མཐོང་ཡང་དེ་ལ་མི་རྟོག་པ། ཉོན་མོངས་གང་ཆེད་གཉེན་པོ་གཙོ་བོར་བསྟེན་  
 པ། སྟོ་སྟོང་བྱས་པས་རྟེན་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་འོང་དུ་རེ་བ་སོགས་རང་དོན་  
 དུ་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ། དགོ་སྟོར་ལ་མཆོན་འཇིན་དང་གཅེས་འཇིན་གྱི་  
 དུག་མ་འདྲེས་པར་བྱ་བ། གཞོད་བྱེད་ལ་ཁོན་འཇིན་མི་བྱ་བ། གཤེགས་ལ་  
 ལན་དུ་གཤེགས་སོགས་མི་བྱ་བ། གཞོད་ལན་མི་བྱ་བ། གཞན་གྱི་ལུས་  
 སེམས་ལ་གཞོད་པའི་ལས་མི་བྱ་བ། རང་གི་སྟོན་དང་ཁག་ངན་གཞན་ལ་མི་  
 འགོལ་བ། སྤྱི་འོངས་སྟོང་རང་སྟོས་གྱི་དབང་བྱར་བྱེད་པའི་བསམ་སྟོར་



སྒྲོང་བ། སྒྲོ་སྒྲོང་འདྲེ་གཞོན་ལ་པན་དུ་རེ་བ་ཅམ་དུ་མི་བྱ་བ། སྒྲོ་སྒྲོང་གི་སྒྲོ་  
 རྣམ་དང་རྒྱལ་དང་སྒྲོ་མ་སེམས་མི་བྱ་བ། རང་སྦྱིད་པའི་ཐབས་སུ་གཞན་སྦྱུག་  
 པར་འདོད་པའི་བསམ་ངན་སྒྲོང་བ་སྟེ་བཙེ་བརྒྱད་དོ། །དོན་ཆོན་བདུན་པ་སྒྲོ་  
 སྒྲོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཉེར་གཉིས་ཡོད་དེ། ཟས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་སོགས་རྣལ་  
 འབྱོར་ཐམས་ཅད་གཞན་པན་ཀྱི་སེམས་ཁོ་རྣམ་བྱ་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། གོགས་  
 སེལ་སོགས་འདོན་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སེམས་འདིས་བྱ་  
 བ་ལ་བསྐྱབ་པ། དགོ་སྒྲོར་གང་བྱེད་ཀྱི་སྒོན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་  
 གཤམ་དུ་བསྒྲོ་བས་རྒྱས་འདེབས་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། སྦྱིད་སྦྱུག་གང་བྱང་ཡང་  
 སྒྲོ་སྒྲོང་གི་ཕྱོགས་སུ་འབྱེད་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། སྦྱིར་དམ་ཆིག་ཐམས་ཅད་དང་  
 བྱེད་པར་སྒྲོ་སྒྲོང་གི་དམ་ཆིག་སྒོག་དང་བསྒྲོས་ཏེ་བསྐྱང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ།  
 ཉོན་མོངས་སྦྱེས་མ་ཐག་གཉིན་པོ་བསྟེན་ཅིང་ཕྱིན་ཆད་རྒྱན་གཙོད་པ་ལ་  
 བསྐྱབ་པ། ཆོས་སྐྱབ་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་སྒྲ་མ་བསྟེན་པ་དང་། རང་གི་སེམས་  
 ལས་སུ་རུང་བར་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་ངེས་པར་དགོས་པའི་  
 མཐུན་རྐྱེན་རྣམས་བསྐྱབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། སྒྲ་མ་ལ་མོས་གྲུས་མ་ཉམས་པ་  
 དང་། སྒྲོ་སྒྲོང་ལ་སྒྲོ་བ་མ་ཉམས་པ་དང་། སྒོམ་གསུམ་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཉམས་  
 པར་བསྐྱང་བ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་པ། སྒོ་གསུམ་དགོ་བ་དང་མ་བྲལ་བར་བྱེད་  
 བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱོགས་ངེས་མེད་པར་སྒྲོ་སྒྲོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ།  
 གང་ཤར་ཐམས་ཅད་སྒྲོ་སྒྲོང་གིས་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། རང་གི་  
 འགྲན་ཆེ་སོགས་སྦྱེ་དགའ་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་སུ་གསྟེ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་

བསྐྱོམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། རྒྱུན་བཟང་ངན་ལ་མ་སྟོས་པར་དུས་ཏྲག་ཏུ་སྒོ་སྒྲོང་  
 བསྐྱོམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ། སྒྲིང་པོ་བསྐྱུས་ནས་གཙོ་བོ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་  
 བསྐྱབ་པ། དགོ་སྒྲོར་མི་རྒྱས་ཤིང་ཆེ་འདྲིའི་བྱ་བ་ལ་སྐྱུག་རུས་ཆེ་བ་སོགས་  
 གོ་ལོག་དུག་སྒྲོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཉམས་ལེན་ལ་རེས་འཛོག་མི་བྱ་བར་རྒྱན་  
 དུ་སྒྲོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཆམ་ཆོམ་མི་བྱ་བར་སྒོ་ཅེ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་སྒྲོང་བ་ལ་  
 བསྐྱབ་པ། ཏྲག་དཔྱོད་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ་ཉོན་མོངས་སྒྲོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ།  
 གཞན་ལ་ཡུས་མི་བྱ་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཆིག་ངན་ཅུང་བད་རེ་ལ་གོ་ལོང་མི་བྱ་  
 བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཆོས་བྱས་པ་ལ་འོར་ཆེ་འདྲོད་པ་སོགས་གཏམ་སྟོན་གྲགས་  
 གྱི་དབང་དུ་མ་སོང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ། ཅུང་བད་རེ་ལ་འགྱུར་ལྡོག་སྟོན་པ་དང་  
 དགོ་སྒྲོར་ལ་དང་པོར་གསར་སྒྲུང་ཅུང་བད་བྱས་ནས་འབོར་བའི་ཡུད་ཅམ་  
 པ་མི་བྱ་བར་སྒྲོད་པ་ཏྲག་ཐུབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་སྟེ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་སོ། །དེ་ལྟར་  
 བདག་གཞན་མཉམ་བཞེའི་སྒོ་ནས་གཏོང་ལེན་བསྐྱོམས་ཤིང་། དོན་ཆོན་  
 བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སྒོ་སྒྲོང་གི་ཉམས་ལེན་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱས་ཏེ་དལ་འབྱོར་  
 ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་ཚུད་མ་ཐོས་པར་དོན་ལྡན་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་  
 པར་ལྷ་མ་ལྷས་བྱིན་བྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

སྒོད་བཅུད་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུས་ཡོངས་གང་སྟེ། །  
 མི་འདྲོད་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆར་ལྟར་བབས་གྱུར་གྱང་། །  
 ལས་ངན་འབྲས་བུ་བད་པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །

རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་ལོངས་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །

མདོར་ན་བཟང་ངན་སྒྲུང་བ་ཅི་ཤར་ཡང་། །

ཆོས་ཀྱན་སྦྱང་པོ་སྒྲོབས་ལྟའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་འཕེལ་བའི་ལམ་བསྐྱར་ཏེ། །

ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་བསྒྲོམ་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །

སྦྱོར་བ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་ཐབས་མཁས་གྱིས། །

འཕྲུལ་ལ་གང་ཐུག་སྒྲོམ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་། །

སྒྲོ་སྦྱོང་དམ་ཆིག་བསྐྱབ་བྱའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །

དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་བྱེད་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ཞེས་གསལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ནམས་  
གྱི་སྦྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།

# གསུམ་པ་ལྷག་བསམ་དང་སེམས་བསྐྱེད་སྒོམ་ཚུལ་ནི།

༥ ལྷ་མ་ལྷ་སྒོམ་བཞིན་པའི་དང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། དེ་ལྟར་མར་  
ཤེས་ངེན་ངན་ངེན་གཙོ་ནམས་བསྒོམས་པས་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བསྐྱེད་  
ཅིང་། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྐྱོན་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་  
ནམས་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམས་པས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ནམས་ཡིད་བཞིན་  
གྱི་རྟོག་བྱ་ལྟར་གཅེས་ཤིང་པངས་པ་དང་། མ་གྲན་ནམས་གྱི་དང་ཚུལ་  
བསམས་པས་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པའི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྒོ་ནས་གཏོང་ལེན་  
བསྒོམས་པས་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ས་ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་བསྐྱེད་པ་  
ན། བདག་གིས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྲིད་ཞིའི་རྒྱུད་པ་མཐའ་  
དག་ལས་བསྐྱལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་བྱའོ་སྟུམ་དུ་ལྷག་  
བསམ་བསྒོམ། འོ་ན་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ད་ལྟ་ནི་སེམས་ཅན་  
གཅིག་ཀྱང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་རྒྱས་པ་མི་  
འདུག །དེར་མ་ཟད་དག་བཅོམ་པ་གཉིས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཅན་  
གྱི་དོན་ཉི་ཆེ་བ་མ་གཏོགས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་རྒྱས་པ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱས་པ་སྐྱེལ་ཡོད་  
ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་དེ། ཁོང་གི་སྐྱེའི་ཡོན་  
ཏན་མཆོད་དཔེ་གསལ་རྫོགས་ཀྱིས་སྤྲས་པ། གསུང་གི་ཡོན་ཏན་འབད་

ཚུལ་མེད་པར་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྔ་པའི་གསུང་དབྱངས་སྐད་རེ་རེས་  
 །ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་རང་གི་སྐད་དུ་ཆོས་སྟོན་པར་རུས་པ།  
 །ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་བྱ་རི་ལྟ་བུ་དང་རི་སྟེང་པ་ཐམས་ཅད་མདོན་སྒྲུལ་  
 །དུ་གཟིགས་ཤིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་བྱ་གཅིག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ལྟར་  
 །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་འདུག་པས་གདུལ་བའི་དུས་ལས་སྐད་  
 །ཅིག་ཀྱང་མི་འདའ་བ། འཕྲིན་ལས་འབད་མེད་ལྟོན་གྱིས་བྱུང་ཅིང་། སྐྱ་གསུང་  
 །ཐུགས་ཀྱི་འོད་ཟེར་རེ་རེ་ཙམ་སྟོས་པས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 །ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་རུས་པ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་  
 །ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་དང་ལྔ་པའི་ཁྱེད་ཀྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་  
 །དང་བྲལ་བ་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ཡིན། དེས་ན་  
 །རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་བྱེད་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་  
 །རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་དགོས་པར་འདུག་པས། བདག་གིས་མ་སེམས་  
 །ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྒྱུར་བ་སྒྱུར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 །སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་  
 །རུས་པར་སླ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

གཏོང་ལེན་སྒྱུར་ལ་བསྟོན་པའི་འཕྲུལ་འདེགས་ཅན། །

བྱམས་དང་སྟོང་རྗེ་ལྟག་པའི་བསམ་བ་ཡིས། །

འགྲོ་ནམས་སྤིད་མཆོ་ཆེ་ལས་སྟོལ་བའི་བྱིར། །



བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་འབྱོར་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་ལྟ་ཆོག་སྟེན་མཐུན་གྱི་སྦྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་ཉོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།

བཞི་པ་སྟོན་སེམས་དང་འཇུག་སྒྲོམ་ལེན་ཚུལ་ནི།

༥ དེ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྟོན་སྟེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཡིད་འབྱུར་གྱི་སྦྱོར་བ་དྲག་པོ་སྟོན་པ་ན་སྟོན་སེམས་གཟུང་བའི་ཆོག་བྱའོ། །དེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་ཞིག་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། མཆོད་པ་ཅི་འབྱོར་བཤམས་ནས་སྦྱབས་འགྲོ་བུན་མོང་མེན་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་སྟོན་པ་དམ་བཅའ་ཅན་གཟུང་བར་བྱའོ། །

ཇི་ལྟར་གཟུང་བའི་ཆོག་འདི་ཚུལ་ནམས་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསལ་ཞིང་། དུག་ལེན་མཐོང་བ་རྒྱུད་པ་ལྟར་མཉམས་པར་བྱའོ། །སྟོན་སེམས་གཟུང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྟོན་ཤུགས་འཕེལ་བའི་སྤྱིར་ཕན་ཡོན་ཅན་པ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་དངོས་འཕེལ་བའི་སྤྱིར་ཉིན་ཞག་རེར་ལན་དུག་

ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་སྒོས་མི་སྒྲོང་བ་དང་། ཆོག་གས་གཉིས་  
 གསོག་པ་སྟེ། ཆེ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་བཞི་ལ་སྟོབ་པ་  
 དང་། ཕྱི་མར་སེམས་བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་མདོན་དུ་འགྱུར་པའི་རྒྱ་ནག་  
 པོའི་ཆོས་བཞི་སྒྲོང་ཞིང་། དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་བསྟན་པ་སྟེ་སྟོན་སེམས་  
 གྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་བསྐྱེད་བྱ་བ་རྒྱུད་ལ་སྟོབ་ཅིང་། རོ་བོ་རྗེས། ཐེག་ཆེན་  
 ཆོས་སྒྲོང་འཇུག་འདོད་པས། །ཐུན་སེལ་གདུང་བ་ཞི་བྱེད་པ། །ཉི་ཟླ་ལྷ་བུའི་  
 བྱང་ཚུབ་སེམས། །བསྐྱེད་པར་འབད་པས་སྐྱེ་ཡང་རུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་། རྒྱལ་སྐྱུ་རྣམས་སྐྱོད་པ་ལ་  
 བསྐྱེད་པའི་བརྟེན་དམ་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བྱང་པོ་ཐུན་མོང་མིན་པ་བྱང་  
 ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མི་ཉམས་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བ་ལ་སྐྱེས་  
 བུའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱ། དེ་ནས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་  
 ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ཏེ་རྒྱལ་སྐྱུ་ཀྱི་སྟོན་པའི་ཁུར་གཟུང་བར་རུས་པ་ན་འཇུག་  
 སྟོན་སྒྲུངས་ལ་དེའི་བསྐྱེད་བྱ་རྣམས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པོ། །འཇུག་  
 སྟོན་ལེན་པའི་ཆོག་ལ་རྒྱས་བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་བ་མང་སྟེ། བྱང་སའི་ཚུལ་  
 བྱིས་ལེ་འུར་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་དང་། སྐྱོད་འཇུག་ཏུ་བསྐྱེད་ཏེ་ཆོག་ས་  
 བཅད་གཉིས་ཅམ་གྱི་སྟོན་སེལ་ཚུལ་གསུངས་པ་དང་། མདོ་སྟེ་དགོན་  
 མཆོག་བཅུ་གས་པ་ལས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ནམ་  
 མཁར་གྱུར་པའི་ཆེ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་རི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་ལམ་  
 སྟོན་དུ་བཀོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་གྲུབ་མང་པོས་

ཀྱས་བསྐྱས་སྒྲ་ཚོགས་གསུངས་པ་རྣམས་ཚིག་གི་བྱང་པར་མ་གཏོགས་  
 རོན་ནི་འདྲ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སློབ་པར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དཔང་  
 དུ་བཞག་སྟེ་སྤར་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 གྱིས་ཇི་ལྟར་བསྐྱབས་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 གྱི་ཇི་ལྟར་སློབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ད་ལྟར་ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ཇི་ལྟར་སློབ་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 བདག་གིས་ཀྱང་མ་ཀུན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱར་དུ་སློབ་པའི་བྱིར་  
 རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་མཐའ་དག་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་  
 བཅའ་ཞིང་། འཇུག་སྒོམ་བཟུང་ནས་ཅ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་དང་། ཉེས་བྱས་བཞི་  
 བཅུ་ཞེ་དུག་གིས་མ་གོས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒོམ་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་མཐའ་དག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སློབ། རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་མཐའ་  
 དག་བསྐྱུ་ན་སྒོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་དུ་འདུ་བས། དེ་དག་ལ་  
 བཅོམ་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་ལྷ་མ་ལྟས་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བཟོད་གཅིག་ལམ། །

རྣམ་དག་རྒྱལ་སྤྲས་སྒོམ་པས་རྒྱུད་བསྐྱམས་ཤིང་། །

ཐེག་མཆོག་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ། །

བཙོན་པ་ལྟར་ལེན་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ནམས་  
 གྱི་སྒྱུ་འེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
 གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་ཉོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་  
 པར་འདོད་པ་ནམས་ཀྱི་མདོ་སྒྲགས་གང་གི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་འདི་ངེས་པར་ལེན་དགོས་ཤིང་། དུས་གསུམ་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲོམ་པ་འདི་བཞེས་ནས་དེའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
 བསྐྱབས་ཏེ་སངས་རྒྱས་པ་ཤི་སྟག་ཡིན་པས་གདམས་ངག་འདིར་ཡང་།  
 དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་བཀྲོད་ཅིག་ལམ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲོམ་  
 པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྒྲེ་ནམས་བསྐྱགས་ནས་  
 སྒྲོབ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་རྩ་ལ་དང་ལྡན་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 བེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་  
 ཞུགས་ནས་འདིའི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས་ཤེས་པར་བྱ། དེ་ཙམ་མི་རྣམས་ན་རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཛད་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་ལེ་འུའི་ནམ་བཤད་ངེས་  
 པར་བལྟས་ནས་སྒྲོབ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྦྱོང་བ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་བ་སྦྱི་ལ་སློབ་ཚུལ་དང་། ཁྱད་པར་ཟབ་མོ་དབྱ་  
མའི་ལྟ་བུ་ལ་སློབ་ཚུལ། །

དང་པོ་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་བ་སྦྱི་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་དྲུག

སྦྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ། ཚུལ་ཁྱིམས་ལ་སློབ་ཚུལ། བཟོད་པ་ལ་སློབ་  
ཚུལ། བཙུན་འགྲུས་ལ་སློབ་ཚུལ། བསམ་གཏན་ལ་སློབ་ཚུལ། ཞེས་རབ་ལ་  
སློབ་ཚུལ། །

དང་པོ་སྦྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་སྦྱོན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་བ་ལ་མ་  
བསྐྱབས་ན་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པ་མི་སྲིད་ཅིང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་  
རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཐམས་ཅད་དཔང་དུ་བཞག་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདག་གིས་སྦྱར་དུ་སྒྲོལ་ཞེས་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ངེ་ལྟར་བསྐྱབས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་  
ཀྱང་སློབ་ཅེས་དམ་བཅས་ནས་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་བ་ལ་སློབ་པ་ཡིས་བར་  
དོར་ན་ཞིན་ཏུ་སྤྲད་དོ། །སྦྱོང་འདུག་ལས། །བདག་གིས་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་  
ནས། །ལས་གྱིས་བསྐྱབ་པར་མ་བྱས་ན། །སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱང་བསྐྱས་



པས། །བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །དེས་ན་རྒྱལ་སྤྱི་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ་ལ་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་  
 གྱུར། བསྐྱེད་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཏུ་འདུ་བར་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་  
 པོས་མདོ་སྤེ་རྒྱན་དུ་བྱང་ངེས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས། རྒྱལ་སྤྱི་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ་  
 སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ལུས་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་དང་། དག་  
 རྒྱ་གསུམ་རེ་རེ་ལ་གཏང་བ་དང་། སྤང་བ་དང་། དག་པ་དང་། སྤེལ་བ་བཞི་  
 བཞིར་བྱས་ནས་བཙུག་ཉིས་པོ་དེར་ཐམས་ཅད་འདུ་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་  
 བྱི་པར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གདམས་ངག་འདིར་  
 ཡང་རྒྱལ་སྤྱི་ཉི་ཤུ་དྲུག་པ་ཐམས་ཅད་པར་ཕྱིན་དུག་ཏུ་བསྐྱེད་པར་མཛད་  
 དེ། འདི་ལའང་པར་ཕྱིན་རེ་རེའི་ནང་དུ་དུག་དུག་འདུ་བའི་ཚུལ་དང་། པར་  
 ཕྱིན་རེ་རེ་ལའང་དམ་པ་དུག་ལྡན་དུ་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་  
 དགོས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་པ་ཉམས་དམས་པས་མདའ་འཕེན་མིག་  
 ལ་སྤྲོ་བ་ལྟ་བུར་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ལ་ནི་གདམས་ངག་འདིའི་ཆོག་དོན་འདི་  
 དག་སྤྲོ་སྤྲོ་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་སྤང་ཞིང་། མདོའི་དོན་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཀྲལ་བ་ལྟར་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་འདི་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་སོ་  
 ཞེས་བྲིད་ན་ནི་སྤྱིད་ལུག་པ་དང་ཞུས་པར་འགྱུར་བ་ཆེས་མང་བས། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་གདམས་པའི་སྤྱིང་པོ་འདི་དག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་  
 བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ངེས་པ་བྱངས་ནས་སྤྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་འཇུག་པ་ན་  
 ལྷ་མ་ལྷ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་

ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱིན་པ་རྣམས་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཚུལ་  
 བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྦྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་ནི་སེར་སྒྲ་སྒྲངས་  
 པ་ཅེས་དང་། གཞན་ལ་རྩལ་གྱིན་པ་ཅེས་གྱིས་སྦྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་རྫོགས་  
 པར་མི་འགྱུར་གྱི། གཏོང་སེམས་ཀྱི་རྩལ་རྫོགས་པས་སྦྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་  
 རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བའི་མན་ངག་ལ་བསྐྱབ་  
 པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་ལུས་གཏོང་བ་དང་། ལོངས་སྦྱོད་གཏོང་བ་དང་། དག་ཅ་གཏོང་  
 བ་གསུམ་དུ་ཡོད་ཅིང་། ལུས་གཏོང་བ་ནི་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་  
 སྦྱ་བསྐྱར་ནས། དེ་ལས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་ཆད་མེད་པར་སྦྱལ་ཏེ་གཏོང་བའི་མོས་པ་སྦྱོང་། དེ་ཡང་ཆ་དཔྱལ་  
 བ་རྣམས་ལ་བསིལ་བའི་ཚུ་དང་། ཟས་གོས་དང་། གནས་ཁང་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
 སོགས་སྦྱལ་ནས་ཕྱིན་པས་སྦྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་དག །གཞོད་བྱེད་གཞིན་  
 རྩེ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གྲོགས་སྦྱ་གྱུར། རྟེན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་  
 གྱུར་ནས་བདེ་བ་མཆོག་དང་ལྡན་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་གང་དཔྱལ་བ་  
 རྣམས་དང་། ཡི་དྲགས་རྣམས་དང་། དུད་འགྲོ་རྣམས་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་  
 དང་། ལྷ་དང་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ལས་གང་ལ་གང་འདོད་  
 ཀྱི་དངོས་པོ་སྦྱལ་ཏེ་བཏང་བས་དེ་དག་སོ་སོའི་སྦྱག་བསྐྱལ་རྣམས་དག །  
 ཆོས་སྦྱབ་པའི་རྟེན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་བའི་མོས་པ་བྱའོ། །

དེ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་གཏོང་བའི་ཚུལ་ནི། ཟང་ཟིང་གི་ལོངས་སྤྱོད་ཆད་  
མེད་པ་གང་ལ་གང་འདོད་དུ་སྐྱུལ་ཏེ་བཏང་བས་སེམས་ཅན་སོ་སོའི་སྒོ་  
དང་མཐུན་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆོས་པར་བསམ། དེ་ནས་དགེ་ཅ་གཏོང་  
བ་ནི། རང་གི་དུས་གསུམ་གྱི་དགེ་ཅ་ཐམས་ཅད་རིགས་དུག་གི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་བས་སོ་སོའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་བྱང་ནས་སེམས་རྒྱུད་གྲོལ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོ་ཐོབ་པར་བསམ་མོ། །

ཚུལ་འདི་ནི་སྤྱོད་འཇུག་ལས། ལུས་དང་དེ་བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་  
དང་། །དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་དོན་  
བསྐྱབ་ཕྱིར། །ཕངས་པ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ། །ཐམས་ཅད་བཏང་བས་  
སྤྱ་ངན་འདའ། །བདག་སྒོ་སྤྱ་ངན་འདས་པ་བསྐྱབ། །ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་  
ཆབས་ཅིག་ལ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག་། ཅེས་གསུངས་པའི་  
དོན་ནོ། །འདི་དག་ལ་སྦྱིན་པ་རྣམས་པ་གསུམ་ཡང་ཆང་སྟེ། ལུས་ལོངས་སྤྱོད་  
གཏོང་བ་ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ། སོ་སོའི་འཛིགས་སྒྲིག་སྒྲིབ་བསྐྱུལ་རྣམས་ཞི་  
བར་བསམས་པ་མི་འཛིགས་པའི་སྦྱིན་པ། དགེ་ཅ་གཏོང་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་  
པ་ཡིན་གསུངས་སོ། །བྱང་ས་ལས་ལོངས་སྤྱོད་དཔག་མེད་སྐྱུལ་ཏེ་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་གཏོང་བ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་  
ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་གཏོང་ཚུལ་ཡིན་པར་གསུངས། བསྐྱབ་བཏུས་  
དང་སྤྱོད་འཇུག་གཉིས་སུ་ནི་གཏོང་བ་སྒྲོམ་ཚུལ་དེ་ལ་བསྐྱགས་པ་རྒྱ་ཆེར་  
མཛད་དེ། རྒྱལ་སྐྱུ་གྱི་སྤྱོད་པ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་སྤྱར་དུ་རྫོགས་པ་ལ་མེད་

དུ་མི་རུང་བའི་མན་ངག་ཏུ་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་གཏོང་སེམས་སྒྲེལ་བའི་  
མན་ངག་གི་འབྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་སྦྱར་དུ་རྫོགས་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟམ་དུ།

ལུས་དང་ལོངས་སྦྱོང་དུས་གསུམ་དག་ཆོགས་བཅས། །

སེམས་ཅན་རང་རང་འདོད་པའི་དངོས་བསྐྱར་ཏེ། །

ཆགས་མེད་གཏོང་སེམས་སྒྲེལ་བའི་མན་ངག་གིས། །

སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་པའ་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
ཀྱི་སྦྱོང་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྟོན་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྫོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །

གཏིས་པ་ཚུལ་བྱིམས་ལ་སྦྱོབ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲ་མ་ལྟ་སྦྱོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་  
པར་བྱ། དེའི་བྱིར་དུ་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་  
པར་བྱའོ། །ཚུལ་བྱིམས་གསུམ་ནི། སྦྱོམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས། དག་བ་ཆོས་སྦྱད་

གྱི་ཚུལ་བྲིམས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་མོ། །སྒྲིམ་པའི་  
 ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས། བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲིམ་པའི་  
 ཚུལ་བྲིམས། གསང་སྤྱགས་གྱི་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ། སོ་ཐར་གྱི་  
 སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ནི། སྒྲོང་བདུན་འཁོར་བཅས་ཏེ། དེ་ཡང་དགོ་ཚུལ་ལ་  
 སྒྲིམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་སྤངས་འདས་སོ་དུག་ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་ཉེས་པ་རྣམས་  
 དང་བཅས་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བའོ། །དགོ་སྒྲོང་ལ་སྒྲིམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་  
 བྲིམས་ཉེས་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཅ་གསུམ། གཞན་ཡང་གཞི་བསྐྱུས་གྱི་ལྷུང་བ་  
 ལྟ་རགས་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ལ་དགག་སྐྱབ་གནང་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་ཇི་  
 ལྟར་མཛད་པ་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བའོ། །བྱང་སེམས་ལ་སྒྲིམ་གྱིས་  
 བསྐྱུས་པ་ཅ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་དང་ཉེས་བྱས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དུག །གཞན་ཡང་  
 ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉེས་པ་སྤྱ་རགས་མཐའ་  
 ཡས་པ་རྣམས་རྒྱལ་བས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱུངས་བའོ། །སྤྱགས་  
 གྱི་ཚུལ་བྲིམས་ནི་འོག་ཏུ་འབྱུང་བ་ལྟར་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲིམ་གསུམ་གྱི་བཅས་  
 མཆོམས་དེ་དག་སྒོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བ་  
 ནི་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 སྒྲོབ་པ་ནི་དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། དོན་བྱ་བ་བརྒྱ་གཅིག་ལ་  
 དམིགས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་རྒྱལ་བས་ཇི་ལྟར་གསུངས་  
 པ་ལྟར་སྒྲོབ་པ་ནི་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཏེ། ཚུལ་བྲིམས་  
 རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་བསྐྱབས་ནས་ཚུལ་བྲིམས་གྱི་པར་ཕྱིན་ཇོགས་པར་



བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲུ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།  
སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྒྲགས་སྟོམ་པ་ཡི། །  
བཅས་མཆམས་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་། །  
དག་ཆོས་སྤྱད་དང་སེམས་ཅན་དོན་བསྐྱབ་པའི། །  
ཚུལ་ཁྱིམས་པར་བྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །  
ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
ཀྱི་སྤྱི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྤངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།

## གསུམ་པ་བཟོད་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲུ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། །དེའི་ཕྱིར་དུ་བཟོད་པ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་  
ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

བཟོད་པ་གསུམ་ནི། གཞོད་བྱེད་ལ་ཇི་མི་སྟུམ་པའི་བཟོད་པ། སྤྱག་

བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ། །ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་གྱི་བཟོད་པ་རྣམས་  
 སོ། །བཟོད་པ་དེ་དག་སྒྲིམ་པ་ན་བཟོད་པའི་པན་ཡོན་དང་ཁོང་ཁྲིའི་ཉེས་  
 དམིགས་རྣམས་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སྒྲོ་བ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲིམ་པ་  
 ཞིག་དགོས་པས། བཟོད་པའི་པན་ཡོན་ནི། གནས་སྐབས་སུ་བདེ་འགྲོའི་  
 ཉེན་ཁུང་པར་ཅན་དང་། ཉེན་དེ་ལ་གཟུགས་བཟང་བ། རིགས་མཐོ་བ། ཀྱན་  
 གྱི་ཡིད་དུ་འོང་བ་སོགས་མཐོ་རིས་གྱི་ཕུན་ཚོགས་པལ་ཆེར་བཟོད་པ་ལས་  
 འབྱུང་ཞིང་། འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་སྐུ་མཆོན་དཔེས་སྤྲས་  
 པས་བལྟ་བས་ཆོག་མི་ཤེས་པ། །མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ་དེ་ཡང་བཟོད་  
 པའི་མཐུ་ལས་འབྱུང་ལ། བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་མེད་ན་རྒྱལ་སྤྲས་གྱི་སྒྲོད་  
 པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །ཁོང་ཁྲིའི་ཉེས་དམིགས་ནི།  
 ཁོང་ཁྲོ་བླ་པོའི་དབང་དུ་སོང་ན་ནད་དང་གདོན་འཇུག་ཅིང་། དེའི་དབང་  
 གིས་ཆེ་མུང་བ་དང་། བསོད་ནམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཤེན་ས་  
 དཔྱལ་བར་ལྷུང་བ་སོགས་ཉེས་དམིགས་མཐའ་ཡས་ཤིང་། ལྷག་པར་བྱང་  
 རྒྱུ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་ན། ཁོང་ཁྲོའི་དབང་དུ་  
 སོང་ན་རྒྱལ་སྤྲས་གྱི་སྒྲོད་པ་ལ་སྒྲོ་བ་པའི་གཞི་མེད་པར་འགྱུར་དོ། །ཚུལ་དེ་  
 དག་ལ་བསམས་ནས་བཟོད་པ་སྒྲིམ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་  
 ལ་མེད་མི་རུང་བའི་རྒྱ་ཚོགས་སུ་བསམས་ཏེ། སྒྲོ་བླ་པོའི་སྒྲོ་ནས་  
 ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་དགྲར་ལངས་ཏེ། གཤེ་  
 བ་དང་། མཆོང་འབྱུ་བ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་། ཤེན་ས་མོ་ཅམ་རེ་རེ་ནས་

བཅད་དེ་བརྟེན་འཛོལ་དུ་མས་མནར་བཞིན་དུ་སྟོག་གཅོད་པར་བྱེད་ཀྱང་  
 ཁོང་ཁོ་བའི་བསམ་པ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྐྱེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 བྱམས་སྦྱང་རྗེ་མ་ཉམས་པ་དང་། བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོོ་ཤུགས་མ་ཉམས་  
 པར་བྱེད་ན། གཞོད་བྱེད་དང་སྟུག་བསྐྱེད་སྟེ་མི་ཅམ་ལ་ཁོང་ཁོ་མི་སྐྱེད་པ་ལྟ་  
 ཅི་སྟོས་སྟམ་དུ་ཁོ་བ་འགོག་པ་དང་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྦྱང་སྟོབས་ཆེན་  
 པོ་བསྐྱེད་དོ། །

དེ་ཡང་གཞོད་བྱེད་ལ་ཁོ་བ་མི་བྱ་སྟམ་པའི་སེམས་ཟུར་ཐུག་ཅམ་  
 གྱིས་གར་ཡང་མི་བྱིན་པས། ཐབས་མཁས་ཀྱི་འབྲུལ་ཞིག་ལ་བཏེན་ནས་  
 སྦྱང་སྟོབས་བསྐྱེད་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་རང་གི་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྟོད་  
 ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཅི་བྱང་ཡང་དེ་དག་ལ་འདི་ལྟར་བསམས་ཏེ། དཔེར་ན་  
 རང་གི་མ་ཁྱེད་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གཞོད་ཀྱིས་བརྒྱམས་པས་དན་པ་རྣལ་དུ་  
 མི་གནས་པར་སྟོོ་ནས་པན་འདོགས་པའི་གཏེན་རྣམས་ལ་ལྟག་པར་གཞོད་  
 པ་བྱེད་ཅིང་། ལུ་རང་ལའང་ཆོག་ངན་སྦྱ་བ་དང་བརྟེན་འཛོལ་སོགས་བྱས་  
 པ་ན་མ་ཁྱེད་དེ་ལ་ཁོང་ཁོ་མི་སྐྱེ་བར་མ་ཟད། ལྟག་པར་ཡང་སྦྱང་རྗེ་སྐྱེས་  
 ནས་ངའི་མ་ཁྱེད་མོ་འདི་ཐབས་གང་གིས་ནད་གཞོད་འདི་ལས་ཐར་བར་རུས་  
 སྟམ་དུ་དེའི་ཐབས་ལ་རྩོལ་བ་བྱེད་པར་ལྟར། ད་ལྟ་རང་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་སྤང་  
 བའི་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་མ་ཁྱེད་ཤ་སྟག་ཡིན། མ་ཁྱེད་འདི་  
 རྣམས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞོད་ཀྱི་བརྒྱམས་ནས་རང་དབང་མེད་པར་སྟོད་  
 ངན་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ལ། བདག་ཁོང་ཁོ་སྐྱེད་དུ་ག་ལ་རུང་། ལྟག་པར་ཡང་

སྙིང་རྗེའི་གནས་སུ་འདུག་པས། ཐབས་གང་གིས་མ་གཞན་འདི་རྣམས་ཉོན་  
 མོངས་པའི་གདོན་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱ་སྟམ་དུ་པན་པ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་  
 ལ་འབད་དགོས་སོ། །ཡང་འདི་དག་གིས་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པས་སྐྱབ་  
 བསྐྱལ་བྱུང་བ་འདིས་བདག་གི་སྟོན་གྱི་ལས་ངན་རྣམས་བཅད་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། གཞོད་པ་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་འདི་དག་བཅོད་པར་བྱས་པས་བདག་  
 གིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཆོག་ས་སྐྱར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བས་ན། དོན་དུ་བདག་  
 གི་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྦྱོང་བ་དང་ཆོག་ས་རྫོགས་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་འདུག་པས།  
 གཞོད་བྱེད་དུ་སྦང་བ་འདི་དག་ནི་སྤྲོ་མའི་སྤྱལ་པ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ཡང་  
 བདག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་འདུག་སྟམ་པ་དང་། འདི་དག་གི་བདག་  
 ལ་པན་བྱེད་དང་བདག་འདི་དག་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་སོང་འདུག་སྟམ་དུ་བསྐྱོམ་  
 མོ། །སྐྱོམ་ཚུལ་དེ་དག་ནི་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ཁོ་ཡང་འབྱུང་པོས་བཟུང་བ་  
 ལ། །སྤྲོ་པ་འཁྱུག་པ་མིན་དེ་ལྟར། །བྱབ་པས་ཉོན་མོངས་དག་གཟིགས་  
 གྱི། །ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་གང་ཟག་མིན། ། ཞེས་དང་། སྤྲོ་བ་དཔོན་སྤྲོ་བ་  
 གྲགས་པས་ཀྱང་། འདི་འདིར་སེམས་ཅན་སྦྱོན་མིན་གྱི། །འདི་ནི་ཉོན་མོངས་  
 རྣམས་སྦྱོན་ཞེས། །རྣམ་པར་དབྱེད་ནས་མཁས་པ་རྣམས། །སེམས་ཅན་  
 དག་ལ་འཁྱུག་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་དང་། སྤྲོས་རབས་ལས། །གང་ཞིག་རང་  
 གི་ཆོས་ཉམས་མི་སེམས་པར། །བདག་གི་སྤྲིག་སྦྱང་བྱེད་ནི་ཞུགས་འདྲ་  
 ལ། །འདི་ལ་འང་བདག་གིས་བཅོད་པར་མི་བྱེད་ན། །དེ་ལས་གཞན་པ་བྱིན་  
 མེད་ཅི་འདྲ་ཞིག །ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ནོ། །ཡང་རང་གི་རྟེན་བཀྱར་སྟན་

གྲགས་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་གཞོན་བྱེད་བྱང་ན། དེ་ལ་ཁོང་ཁོ་མི་བྱ་བར་མ་  
 ཟད་འདི་ནི་བདག་རྟེན་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་ཀྱི་འཆིང་བས་བཅིངས་པ་འགྲོལ་  
 བྱེད་དང་། བདག་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ལས་སྦྱར་དུ་ཐར་བ་བྱེད་པའི་དགོ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་འདུག་པས་རིན་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ་སྟུང་དུ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ།  
 འདི་ནི་སྦྱོང་འཇུག་ལས། དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བསྟོན་སོགས་ནི། །གཞིག་ཕྱིར་  
 གང་དག་ཉེར་གནས་པ། །དེ་དག་བདག་ནི་ངན་སོང་དུ། །ལྟར་བ་བསྐྱང་ཕྱིར་  
 ཞུགས་མིན་ནམ། །བདག་ནི་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ། །རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེས་  
 འཆིང་མི་དགོས། །གང་དག་བདག་བཅིངས་གྲོལ་བྱེད་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་  
 རི་ལྟར་ཁོ། །བདག་ནི་སྦྱག་བསྐྱེད་འཇུག་འདོད་ལ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་  
 གྱིན་བརྒྱབས་བཞིན། །མི་གཏོང་སྟོང་བང་ཉིད་བྱུར་པ། །དེ་ལ་བདག་ནི་རི་  
 ལྟར་ཁོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་མ་ཁྲན་སེམས་  
 ཅན་སུ་ལའང་ཁོ་བའི་སེམས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྦྱེད་ཅིང་། གཞོན་བྱེད་ཅི་  
 བྱང་ཡང་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་དུ་བལྟས་ལ་མཆོད་པ་དང་གཞོན་ལན་དུ་པན་པ་བསྐྱབས་ཏེ་མ་ཁྲན་  
 རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རང་གི་རྒྱུད་སྟེང་དུ་སྦྱང་།  
 རང་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་མ་ཁྲན་རྣམས་ལ་གྱིན་ལ། སྟོན་བྱུང་པའི་དབང་  
 པོས་གཞོན་སྦྱིན་སྦྱོར་ལ་སོགས་ལ་རི་ལྟར་མཛོད་པ་བཞིན་དུ་གཞོན་བྱེད་  
 རྣམས་ལ་སྦྱག་པར་ཡང་གཅེས་པར་བྱས་ཏེ་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་པན་འདོགས་  
 ཤིང་། མཐར་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་ཡང་བདུད་ཅི་ཐོག་མར་སྦྱིན་པར་བྱའོ་



སྙམ་དུ་པན་སེམས་དང་སྙིང་སྙོལ་སེམས་ཆེས་ཆེར་བསྐྱེད་ནས་བཟོད་པའི་པར་  
ཕྱིན་སྐྱར་དུ་རྫོགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་ཕྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྙམ་དུ།

ཁམས་གསུམ་སྐྱེ་དགུ་མ་ལུས་ཁྲིས་གྱུར་ཏེ། །

ག་ཤེ་ཞིང་མཆང་འབྲུ་བསྐྱེགས་ཤིང་སྟོག་གཙོད་གྱུར། །

མི་འབྲུག་གཞོད་ལན་པན་པ་སྐྱབ་བྱེད་པའི། །

བཟོད་པའི་པར་ཕྱིན་རྫོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེའི་  
ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་གཞན་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་གོགས་  
བྱེད་སྐྱེས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ་མོ། །འདིར་ཁམས་གསུམ་སྐྱེ་དགུ་  
ཞེས་གསུངས་པ་ནི། འདོད་ཁམས་ནས་གཟུགས་ཁམས་དང་། གཟུགས་  
མེད་ཁམས་དང་། འདོད་ཁམས་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བ་སྟེ་གསུམ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་གཟུགས་ཁམས་ནས་ཁམས་གསུམ་དང་། གཟུགས་མེད་ཁམས་ནས་  
ཁམས་གསུམ་དུ་སྐྱེ་ཚུལ་གསུམ་སྟེ་དགུ་ལ་བྱེད་པར་སྟོན་གྱི་དམ་པ་འགའ་  
ཞིག་གིས་གསུང་འདུག་པས་དེ་ལྟར་རེ། ཡང་ན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
བར་འགའ་མེད་འཁོར་ལོ་དང་། རོ་རྒྱན་རྒྱུད་མོ་འཁོར་བ་བཞིན་དུ་ཐོག་མ་

མེད་པ་ནས་ངལ་བསོ་མེད་པར་འཁོར་ཞིང་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་ཡིན་པས་ན་སྐྱེ་  
དགུ་ཞེས་པ་མང་ཆོག་ཏུ་བྱའོ། །གདམས་ངག་འདིར་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་བཟོད་  
པ་བསྐྱོམ་པའི་སྟོང་སྟོབས་སྤྲུལ་པོ་ཆེ་སྐྱེད་ཚུལ་ཉིད་གཙུག་པོར་བཏོན་ནས་  
བཟོད་པ་གསུམ་གྱི་གྲངས་དང་མིང་དངོས་སུ་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་གྱིས་  
ཆང་སྟེ། གཞོད་བྱེད་ལ་ཇི་མི་སྟུམ་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གཉིས་ཆང་  
བ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་། ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་གྱི་བཟོད་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གི་  
ཡོན་ཏན་དང་། །དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་དང་། སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་གྱི་མཐུ་མཛད་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་མོས་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས། གོང་  
གི་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ་དེ་དག་ཀྱང་ཆང་བར་ཡོད་དོ། །

## བཞི་པ་བཙོན་འགྲུས་ལ་སྟོན་ཚུལ་ནི།

༥ ལྷ་མ་ལྷ་སྟོན་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་གིས་མ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བཙོན་འགྲུས་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་  
ཉམས་ལེན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །བཙོན་འགྲུས་གསུམ་ནི། གོ་  
ཆའི་བཙོན་འགྲུས། དག་བ་བསྐྱེད་པའི་བཙོན་འགྲུས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་  
སྟོན་པའི་བཙོན་འགྲུས་རྣམས་སོ། །

དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་། ལེ་

ལོ་འི་དབང་དུ་སོང་ན་ཆེ་འདི་འི་དོན་ཡང་མི་འགྲུབ་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་  
 བ་བརྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་སློབ་པ་དང་། དེ་མཐར་ཕྱིན་པ་རི་ལྟར་འོང་སྟེ་དུ་པན་  
 ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སློབ་ལྷན་གས་  
 བསྐྱེད། སྐོམ་ཚུལ་དངོས་ནི་བསྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་དང་ཡུན་མཉམ་པའི་ཉེན་  
 ཞག་བསགས་པའི་བསྐྱེད་པ་ཆེན་པོ་བྱངས་མེད་པ་གསུམ་གྱི་བ་ཐུག་འབྲུམ་  
 འགྱུར་གྱིས་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བའི་ཕྱིར་དུ་སེམས་  
 ཅན་དཔྱུལ་བ་ཁོ་ནར་གནས་ནས་སངས་རྒྱས་འཕྲོལ་པར་འགྱུར་ན་ཡང་སློབ་  
 བར་བྱས་ཏེ་རྫོགས་བྱང་གི་ཕྱིར་དུ་བཙོན་པར་བྱེད་ལ། བཙོན་འགྲུས་ལ་  
 ཞུགས་པ་ཡང་མི་གཏོང་ན། དུས་ཀྱི་ཡུན་དེ་ལས་ཐུང་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 ཆེས་ཆུང་བས་ལྟ་ཅི་སློབ་སྟེ་དུ་གོ་ཆ་གྲོན། དེ་ནི་བྱང་སེམས་གསུངས་  
 པའི་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་ཚུལ་ཡིན་ལ། ཡང་སློབ་གྲོས་མི་ཟད་པའི་  
 མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་ལ་  
 ཞག་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའི་ཞག་སུམ་ཅུ་ལ་ལྷོ་བ་དང་། དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོར་  
 བྱས་པའི་ལོ་འབྲུམ་སོང་བ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཅིག་སྐྱེ་ཞིང་སངས་  
 རྒྱས་གཅིག་མཐོང་ལ། དེ་འབྲུལ་བ་གསྐྱེད་ཐུང་གི་གྱེ་མའི་བྱངས་དང་མཉམ་  
 བ་གཅིག་གིས་སེམས་དང་སྤྱོད་པ་ཤེས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་དང་སྤྱོད་པ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ཀྱང་ཞུམ་པ་སྐྱད་  
 ཅིག་ཀྱང་མི་སྐྱེད་པར་བཙོན་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱའོ་སྟེ་པ་དང་། བར་ཕྱིན་  
 བསྐྱེད་པ་ལས། སྤྱི་ཕྱིར་འཁོར་བའི་མཐའ་དང་མཉམ་ཅུམ་དུ། །རྒྱ་ཆེ་རིང་

བའི་ཉིན་དང་མཆོན་གྱུར་ལ། །དེ་འདྲ་བསགས་བས་ལོར་གྱུར་དུས་རིང་  
 བའི། །བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཆོད་འུ་ཐེགས་གངས་སྟེང་གིས། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་  
 གི་སེམས་གཅིག་སྟེ་འགྱུར་ལ། །དེ་འདྲའི་རྣམ་པས་ཆོགས་གཞན་རེ་རེ་  
 ཞིང་། །བསྐྱལ་དགོས་གྱུར་གྱང་སྟོང་རྗེས་སྟོ་བ་མེད། །བྱང་ཆུབ་དམ་པ་སྦྱིད་  
 ལུག་མེད་པར་བསྐྱབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་བསམ་པའི་གོ་ཆ་དང་སྟོང་  
 སྟོབས་གྱང་བསྐྱེད་ཅིང་། །འདི་ལའང་དགའ་བའི་འདུ་ཤེས་དང་ཡུན་རིང་  
 ཐོགས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ན་ནི་སྟོང་སྟོབས་དེ་མཐར་ཕྱིན་པར་མི་རུས་  
 ཞིང་། སྦྱིད་ལུག་པའམ་ཁྱེམ་པར་འགྱུར་ལ། །དགའ་བའི་འདུ་ཤེས་མེད་པར་  
 ཆ་བས་གསུངས་པའི་སྒྲུང་ཆེན་པད་མཆོར་འཇུག་པ་ལྟར་ཞིན་ཏུ་སྟོ་བ་དང་།  
 ཡུད་ཅུ་མ་ཞིག་གི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་པ་ནི། །ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྟུང་  
 བ་ལས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མི་མཁས་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བར་བགྱང་། །གལ་  
 ཏེ་རིང་བར་འདུ་ཤེས་སྟུག་བསྐྱལ་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ། །ཡང་དག་ཆོས་སྟུབ་  
 བྱེད་ཆེ་ཡུན་རིང་སྟུག་བསྐྱལ་འགྱུར། །དེས་ན་བཙོན་འགྲུས་པ་རོལ་ཕྱིན་  
 ཉམས་ལེ་ལོ་ཅན། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོ་ནས་བཟུང་  
 རྟེ། །བྱང་ཆུབ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་བར། །ཉིན་མཆོན་གཅིག་  
 ཅུ་དུ་ནི་ཡིད་ལ་སེམས་བྱེད་ན། །མཁས་པ་གསལ་བས་བཙོན་འགྲུས་  
 བཅུ་མས་པར་རིག་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་འདི་སྐད་རི་རབ་རི་བཞིག་  
 པའི། །རྗེས་ལ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཐོབ་འགྱུར་ཞེས་སྟོ་བ་ལས། །ཅི་སྟེ་སྟེ་བའི་  
 སྟོ་བསྐྱེད་ཆད་གྱང་སེམས་བྱེད་ན། །དེ་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལེ་ལོར་

གྱུར་པ་ཡིན། །ཅི་སྟེ་དེ་ནི་འདི་ཙམ་ཆོད་ལྟ་ཅི་དགའ་ཞེས། །སྐད་ཅིག་ཙམ་  
ལ་རི་རབ་ཐལ་བར་བརྒྱག་སེམས་བསྐྱེད། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་མཁས་  
པ་བཙོན་འགྱུས་བཅམས་པ་སྟེ། །རིང་པོར་མི་ཐོགས་འདྲེན་པའི་བྱང་ཚུབ་  
མཆོག་འཐོབ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། །འདི་  
ལ་དོན་དུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་དགའ་སྐྱེད་མང་པོ་ཞིག་བྱ་དགོས་སྟམ་པ་ལྟར་  
ན་ངེས་པར་སྐྱིད་ལུག་དང་ཞུམ་པར་འགྱུར་བས། །དོན་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་  
འབྱུང་བར་ཁོང་ནས་སྟོ་བ་དང་ཡིད་བདེ་ཆེན་པོ་སྟེ་བའི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་  
ཏེ། སྐྱོད་འཇུག་ལས། བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་རྟ་ཞོན་ནས། །བདེ་ནས་བདེ་བར་  
འགྲོ་བ་ལ། །སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྐྱིད་ལུག་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རིན་ཆེན་  
འབྲེང་བ་ལས། སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ལ་དུས་ཐུང་ཡང་། །བཟོད་དགའ་ཡུན་རིང་  
སྟོས་ཅི་དགོས། །སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་བདེ་བ་ལ། །མཐའ་ཡས་དུས་ཀྱང་ཅི་  
ཞིག་གཞོད། །དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད། །ཡིད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ག་ལ་  
ཡོད། །དེ་ན་སྟོང་རྗེས་འཇིག་རྟེན་སྐྱུག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཡུན་རིང་གནས། །དེ་  
བས་སངས་རྒྱས་རིང་ཐོགས་ཞེས། །སྟོ་དང་ལྡན་པ་སྐྱིད་མི་ལུག་ཉེས་ཟད་  
ཡོན་ཏན་དོན་དུ་ནི། །འདི་ལ་རྟག་ཏུ་འབད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །འདི་ལྟ་བུའི་སྟོང་སྟོབས་ཆེན་པོ་ངེས་པར་བསྐྱེད་ནས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
མེད་པར་བདེ་བར་འཆར་བ་དང་། །དེ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བ་ལས་ས་དང་པོ་  
ཐོབ་པ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེ་བས་ནོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཐོབ་  
སྟེ་གང་སྐྱང་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འཆར་ཏེ། །འཇུག་པ་ལས། ཇི་



ལྷ་རྒྱུ་ཅིག་ཅེས་སྒྲ་ཐོས་བསམ་ལས། །རྒྱལ་སྤྱི་བདེ་འབྱུང་དེ་ལྟ་བུ་  
 རྣམས་ལ། །ཞི་བར་བཞུགས་པས་བདེ་བ་བྱེད་མིན་ན། །ཐམས་ཅད་བཏང་  
 བས་ལྟ་ཞིག་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །རྒྱལ་སྤྱི་ས་དང་པོ་  
 བ་ཡན་ལ་རང་གི་དབྱ་སྟོང་བ་བྱང་ཡང་། དེས་བྱུགས་ལ་བདེ་བ་འཆར་བ་  
 དེ་ཙམ་ཉན་རང་རྣམས་ཞི་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་ཞུགས་པ་ལའང་བདེ་བ་དེ་  
 ཙམ་མེད་པར་གསུངས། དེ་ལྷ་རྒྱུ་གོ་ཆ་གྲོན་ཞིང་སྟོང་སྟོབས་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་  
 རྣམས་བཙོན་འབྲས་ཚུལ་ན་མན་ངག་གི་འབྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐབས་མཁས་  
 གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཆང་དགོས་ཏེ། མན་ངག་གི་གནད་མེད་ཅིང་ཐབས་གྱི་  
 ཆ་རྣམས་མ་ཆང་ན་བཙོན་འབྲས་གཅིག་ཕུ་ལ་འབད་ཀྱང་ས་སྟོང་མི་འོང་  
 བ་ནི། དཔེར་ན་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་རྒྱུད་འདུལ་བ་འདི་རང་གལ་ཆེ་སྟུང་ནས་  
 འབད་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་སྟོངས་པའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཐོན་བྱེད་པ་མ་ཤེས་པས་  
 སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་མཆོམས་གང་ཡིན་འོ་མ་ཤེས་པར་ཉེས་ལྟར་གིས་  
 རྒྱུད་བཙོམ་ནས་འགོ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱལ་པོ་རྣམས་གཡུལ་འབྱེད་  
 པའི་ཆེ་དབྱང་ཆོགས་ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྷན་པར་བྱས་ཏེ་པར་དབྱ་བོ་  
 འཛོམས་པ་དང་ཚུར་བྲུས་སྟོག་ལ་མི་གཞོད་པ་གཉིས་ཀའི་ཐབས་ལ་འབད་  
 པ་ལྟར། རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་བཙོན་འབྲས་ཚུལ་པའི་ཆེ་ཡང་མོས་པའི་སྟོབས་  
 དང་། བརྟེན་པའི་སྟོབས་དང་། དགའ་བའི་སྟོབས་དང་། རྟོག་པའི་སྟོབས་  
 བཞི་བསྐྱེད་ནས་ལེ་ལོ་དང་ཁོང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་པར་  
 འཛོམས་པ་དང་། ཚུར་ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྟོང་སྟོབས་ལོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་མི་

གཞོན་པའི་ཐབས་ཚུལ་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་སློན་ས་བཙོན་འགྲུས་ཚུལ་པར་  
བྱེད་དེ། །དེའི་ཆེ་སེམས་ལ་སློབ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས་སྦྱིད་ལྷག་དང་ཁྱུ་པ་  
འགོག་ཅིང་། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་ནམ་ཡང་མི་སློབ་  
བྱས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཚོགས་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་པ་ལྟར་  
སྤངས་ཏེ་བཙོན་འགྲུས་གྱི་པར་ཕྱིན་སྐྱར་དུ་རྩོགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་  
ཀྱས་པར་སླ་མ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བཟླབ་ཏུ་གསོལ་སྙམ་དུ།

སེམས་ཅན་རེ་རེའི་བྱིར་ཡང་མནར་མེད་པའི། །

མེ་ནང་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོར་གནས་དགོས་ཀྱང་། །

སྤྱིང་རྩེ་ས་མི་སློབ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་བཙོན་པའི། །

བཙོན་འགྲུས་པར་ཕྱིན་རྩོགས་པར་བྱིན་གྱི་སློབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སླ་མ་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་  
གྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཁྱུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྩོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །འདི་ལའང་དངོས་སུ་  
རྒྱལ་སྤྱོད་གྱི་སྤྱིང་སློབས་ཟླབས་པོ་ཆེ་ཉིད་སྦྱིད་ཚུལ་གཙོ་བོར་བཏོན་ནས་  
བཙོན་འགྲུས་གཞན་གཉིས་ཆོག་ལ་གསལ་བར་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་གྱིས་  
ཆང་སྟེ། དགོ་བ་བསྐྱབ་པའི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྒྱ་ཚོགས་ཆང་བར་བཙོན་

འགྲུས་ཚུམ་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཅན་དོན་གྱི་དུང་ཆ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
ལོ། །གསུང་འདི་དག་ལ་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཕྱི་བཞོལ་གྱི་  
ལེ་ལོ་དང་། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ་དང་། སྦྱིད་ལུག་ཅིང་ཁྱུ་པའི་ལེ་ལོ་  
གསུམ་སྟོ་བ་དང་སྦྱང་རྩེ་གཉིས་ཀྱི་སྟོ་ནས་འགོག་ཚུལ་སོགས་གལ་ཆེ་ཞིང་  
རྟོགས་དགའ་བའི་དོན་མང་དུ་སྒྲུང་སྟེ། འདིར་ཆོག་མངས་སུ་དོགས་པས་སྟོ་  
གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གདམས་ངག་འདི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་གཞུང་དང་  
སྦྱར་ཏེ་མཐའ་ཆོད་པར་བྱའོ།

## ལྷ་པ་བསམ་གཏན་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་བསམ་གཏན་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བསམ་གཏན་སྟོམ་པ་  
ལ་གང་དུ་སྟོམ་པའི་གནས་དང་། ལུས་གནད་རིམ་ལྔ་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་  
ནི་སྤྱར་སྟོན་འགྲོའི་སྐབས་སུ་བཤད་ཅིན་ཅིང་། བསམ་གཏན་གྱི་དམིགས་པ་  
ལ་རྒྱལ་བས་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་། །མདོར་བསྡུ་ན་རིམ་ལྔ་པ་  
དམིགས་པ་དང་། རི་སྟེང་པ་ལ་དམིགས་པ་གཉིས་སུ་འདུལ། ཏིང་ངེ་འཛིན་  
གྱི་དམིགས་པ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་ངེས་ཤིང་། ལུས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་  
ལ་དམིགས་པས་ཆོག་ལ། དེ་ཡང་ནང་དུ་ཡིད་ཀྱི་ལུས་དུ་སྒྲུང་བའི་དམིགས་

རྟེན་ཞིག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི། མིག་གི་ཡུལ་དུ་སྒྲུབ་བའི་དེ་ལྟ་དང་ཤིང་བྱ་  
 སོགས་མདུན་དུ་བཞག་པ་ལ་དམིགས་རྟེན་བྱེད་པ་མིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ནི་  
 སེམས་བྱུང་དཔྱད་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་ནང་དུ་ཡིད་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་  
 གྱུ་བ་ཡིན་གྱི། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་རྟེན་དབང་ཤེས་གྱི་ཡུལ་དུ་འཆར་  
 བ་མིན་ནོ། །དེས་ན་འདིར་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་ནི་  
 གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྒྲོམ་བྱས་དང་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་  
 པ་ཅམ་མིན་པར། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པས་སྟོང་པའི་གནས་ལུགས་དེ་  
 ལ་དམིགས་པའོ། །དམིགས་ཡུལ་གནས་ལུགས་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་སྒྲོམ་པ་ནི། བྱད་པར་གཉིས་ལྡན་ཞིག་དགོས་ཏེ། ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་  
 པའི་མི་ཆོག་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་ངར་དང་ལྡན་པའོ། །དེ་གཉིས་  
 འབྱུང་བ་ལ་བྱིང་བ་དང་ཁྲོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་བར་དུ་གཙོད་དེ། ཅེ་གཅིག་པའི་  
 མི་རྟོག་པ་ལ་ཁྲོད་པས་བར་དུ་གཙོད་ཅིང་། ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་ངར་དང་ལྡན་  
 པ་ལ་བྱིང་བས་བར་དུ་གཙོད་དོ། །

དེ་ལ་བྱིང་བ་ནི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གསལ་  
 བའི་ངར་དང་ལྡན་པར་སྐྱེད་བའི་ཆེ་གནས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་གསལ་བའི་ངར་ཅུང་  
 ཟད་ཞན་དུ་སོང་བ་ན་བྱིང་བ་སྤྲོས་ཟེན་པ་དང་། དྲངས་ཆ་ཅུང་ཟད་ཡོད་  
 ཀྱང་གསལ་བའི་ངར་ཤོར་ཏེ་མེད་ན་བྱིང་བ་རགས་པ་དང་། དྲངས་བ་ཅམ་དེ་  
 ཡང་མེད་ན་བྱིང་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་བར་དུ་བཅད་པ་ཡིན་གསུང་ངོ། །ཁྲོད་  
 པ་ནི་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས། ཁྲོད་པ་གང་ཞེ་ན། སྤྱག་པའི་མཆོན་མའི་རྗེས་

སྤྱ་འཇུག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་སེམས་རྣམ་པར་མ་ཞི་  
 པ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 གཟུགས་སྐྱ་སོགས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་ཆགས་ནས་རྒྱག་  
 པའི་སེམས་བྱང་ཞིག་གོ། །དེ་ལྟར་དབུས་མཐའ་དང་། མདོ་སྡེ་རྒྱན་དང་། ས་  
 སྡེ་ལ་སོགས་པ་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་གཞུང་པལ་མོ་ཆེར་ཉིང་དེ་འཛིན་རྣམ་པར་  
 དག་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གོགས་བྱིང་རྟོག་གཉིས་འགོག་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ་ཚུལ་དེ་སྟོན་པར་མཛད་  
 ལ། རྗེ་རྗེ་འཆང་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གདམས་ངག་འདིར།  
 བྱིང་རྟོག་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་སྟོན་ཞེས་བྱིང་རྟོག་གཉིས་ལས་ལོགས་སུ་  
 རྣམ་གཡེང་གསུངས་པ་ནི། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་མགོན་པོ་འཇམ་  
 པའི་དབྱངས་གྱིས་གནང་བའི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མིན་པ་དགའ་ལྡན་ཐུག་  
 རྒྱ་ཆེན་པོའི་སེམས་གནས་སྐྱོང་ཚུལ་དེའི་བརྟུ་མཆོན་པ་ཅམ་ཞིག་མཛད་  
 པར་མཛོན་ཏེ། དེར་ནི་སེམས་གནས་སྐྱོང་བའི་ཆེ་རྣམ་གཡེང་འཕྲོ་བ་འགོག་  
 ཚུལ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་མཛད་དོ། །འོན་ཀྱང་པ་འགོག་ཚུལ་དང་། རྣམ་  
 གཡེང་འཕྲོ་བ་འགོག་ཚུལ་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད། རྟོག་པ་ཉིད་འཕྲོ་བ་ཡིན་  
 པས་རྟོག་པ་ལས་ལོགས་སུ་འཕྲོ་བ་ཡང་ཅི་ཡོད་སྟུམ་ན། དེ་ནི་བྱུང་པར་  
 ཤེན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། རྟོག་པ་འཕྲོ་བ་ཡིན་ཡང་། རྟོག་པ་ལས་ལོགས་སུ་འཕྲོ་བ་མང་  
 དུ་ཡོད་པས་འཕྲོ་བ་ཤེན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་འོ། །དེ་ཡང་རྟོག་པ་ནི་སྤྱར་བ་ཤད་ཟེན་པ་  
 ལྟར་སེམས་བྱང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། འཕྲོ་བ་ལ་



འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བ་ཅམ་དུ་མ་བྱད། ཞེ་སྤང་གི་སྒོ་ནས་འཕྲོ་བ།  
 ད་རྒྱལ་དང་སྤྲུག་དོག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་འཕྲོ་བ། ཡང་ཉོན་མོངས་མིན་  
 པར་དགེ་བའི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བ། དགེ་མི་དགེ་གང་ཡང་མིན་པ་ལྟར་མ་བསྟན་  
 ལ་འཕྲོ་བ། ཡང་དབང་པོ་དུག་གི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་དོ། །དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བར་དུ་གཅོད་པས་དེ་དག་འགོག་པའི་  
 གཉེན་པོ་ཤེས་དགོས་ལ། དེ་ནི་དགའ་ལྡན་སྟོན་རྒྱུ་ཀྱི་མན་ངག་ཐུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པ་དགའ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སེམས་གནས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡོད་  
 དོ། །ཚུལ་འདི་ནི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་འདི་ལྟར་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་  
 མཆོན་པ་ཅམ་ཞིག་ཡང་ཡང་མཛད་དེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གློད་  
 པ་ངོས་འཛིན་གསུངས་པའི་མཇུག་ཏུ། འོ་ན་ཉོན་མོངས་གཞན་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
 སེམས་དམིགས་པ་ལས་གཞན་དུ་གཡེང་བར་བྱེད་པའི་འཕྲོ་བ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་དགེ་བའི་དམིགས་པ་གཞན་ལ་འཕྲོ་བ་དེ་གློད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 གློད་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཤིག་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་གཞན་ཀྱི་སྒོ་  
 ནས་གཡེང་བ་ནི་གློད་པ་མིན་གྱི། ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་ནང་ཆོད་ཀྱི་སེམས་བྱུང་  
 རྣམ་གཡེང་ཡིན་ནོ། །དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་འཕྲོ་བ་ནི་དགེ་བའི་སེམས་  
 དང་སེམས་བྱུང་ཅི་རིགས་སུ་འགྲོ་བས་འཕྲོ་བ་ཐམས་ཅད་གློད་པ་མིན་  
 ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་བ་ལྟག་བསམ་རབ་དཀར་དུ་ཡང་གློད་པ་དང་  
 འཕྲོ་བ་གཅིག་གམ་མི་གཅིག་ །མི་གཅིག་ན་བྱུང་པར་གང་ཡིན། ཞེས་དེ་བ་  
 མཛད་ཅིང་། དེའི་དེས་ལན་སྟོ་བཟང་བཞད་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ལས། འཕྲོ་གློད་

མི་གཅིག་ཚོད་པ་ནི། །འདོད་ཆགས་ཆར་གཏོགས་མ་ཞི་བར། །ཀུན་ལས་  
བདུས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན། །འཕྲོ་བ་དེ་ལས་རྒྱ་ཆེ་སྟེ། །ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱི་  
འཕྲོ་བའང་ཡོད། །གཉིས་ཀས་འཛོག་སྒྲིམ་མ་བཟད་ཀྱི། །དབྱུང་སྒྲིམ་ལ་ཡང་  
བར་དུ་གཅོད། །ཅེས་གསལ་བར་གསུངས། །འཕྲོ་བ་འགོག་ཚུལ་གྱི་མན་  
ངག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་དགའ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྲིད་ཡིག་ཏུ་  
བྲིས་བྲིན་པས་འདིར་མ་སྒྲིམ་སོ། །དེ་ལྟར་བྲིང་བ་དང་། ཚོད་པ་དང་། རྣམ་  
པར་གཡེང་བ་མཐའ་དག་སྤངས་ཏེ་གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་དུ་  
བར་པ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་ལྡན་གྱི་སྒྲིན་ས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཞག་སྟེ། བར་ཉིད་  
དུ་འཛོག་པ་རྒྱུན་དུ་འཛོག་པ། ལྷན་ཏེ་འཛོག་པ། ཉེ་བར་འཛོག་པ། དུལ་  
བར་བྲེད་པ། ཞི་བར་བྲེད་པ། རྣམ་པར་ཞི་བར་བྲེད་པ། ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྲེད་  
པ། མཉམ་པར་འཛོག་པའི་བར་སེམས་གནས་དགུ་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེལ་ཏེ་  
བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་སྐྱུར་དུ་རྫོགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྲེད་རུས་པར་  
ལྷ་མ་ལྷས་བྲིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

བྲིང་ཚོད་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་སྒྲིན་སྤངས་ནས། །  
ཆོས་ཀུན་བདེན་པས་སྟོང་པའི་གནས་ལུགས་ལ། །  
ཅེ་གཅིག་མཉམ་པར་འཛོག་པའི་ཏིང་འཛིན་གྱིས། །  
བསམ་གཏན་པར་ཕྱིན་རྫོགས་པར་བྲིན་གྱིས་རྫོབས། །  
ཞེས་གསོལ་བ་ལུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་ལྷ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་

ཀྱི་སྐྱེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྣ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །བསམ་གཏན་ལ་ཆེ་འདིར་  
ལུས་སེམས་བདེ་བར་གནས་པའི་བསམ་གཏན། ཡོན་ཏན་གྱི་རྟོན་བྱེད་པའི་  
བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་གསུམ་དང་། རོ་  
བོའི་སྒོ་ནས་འཇིག་རྟོན་དང་། འཇིག་རྟོན་ལས་འདས་པའི་བསམ་གཏན་  
གཉིས། རྟོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དེ་དག་གི་  
གྲངས་རྣམས་མ་གསུངས་པ་ནི་གདམས་ངག་འདིར་བསམ་གཏན་གྱི་རོ་བོ་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྟོན་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། ཆེ་འདིར་ལུས་སེམས་  
བདེ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་འདི་བསྦྱངས་  
པའི་བྱེད་ལས་ལ་འབྱུང་། འཇིག་རྟོན་དང་འཇིག་རྟོན་ལས་འདས་པའི་དབྱེ་བ་  
གཉིས་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་སྒོམ་པ་པོ་དེ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བྱུང་པར་  
ཡིན་པས། དེ་གཉིས་ཀ་རྣལ་འབྱོར་པ་གཅིག་གིས་དུས་གཅིག་ཏུ་སྦྱོང་རྒྱ་  
མེད་དོ།

## དུག་པ་ཤེས་རབ་ལ་སྦྱོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་སྒོམ་ཚུལ་དང་། རྗེས་ཐོབ་  
རྒྱ་མ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་སྒོམ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་མཉམ་གཞག་ནས་མཁའ་ལྷ་བྱའི་སྟོང་ཉིད་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི།

ལྷ་མ་ལྷ་སྒྲིམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ།      མ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ།      དེའི་ཕྱིར་དུ་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 བསྐྱབ་པ་ལ་འདུག་པར་བྱའོ།      །དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དམིགས་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་ཚུལ་སྤར་བཤད་པ་  
 ལྟར། ཉེས་པ་ལྷ་སྟོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །བསྟེན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་གོགས་བྱིང་ཁྱོད་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་  
 ལྷ་སྟོང་བའི་གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་པའི་སྒྲིམ་ཚུལ་བཞིན་བསྒྲིམ་  
 པ་ལས་སེམས་གནས་དགུ་རིམ་གྱིས་བྱུབ་སྟེ།      མཐར་ལུས་སེམས་ཤེན་  
 རྒྱངས་དང་བཅས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བྱུང་པར་ཅན་འགྲུབ་ལ།      དེ་ནི་གནས་  
 ལུགས་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་ཡིན་གྱི།      དེ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་  
 གཅོད་མི་རུས་པས།      སྤར་ཡང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་དབྱུང་དེ་  
 ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་དགོས་སོ།      །དེ་ཡང་དབྱེད་པ་གཅིག་ལྷ་བྱས་ན་སེམས་  
 ཕྱིར་གཡོང་ནས་སྤར་གྱི་གནས་ཆ་གཞིག་ཅིང་། གསར་དུ་གནས་ཆ་མི་ཐོབ་  
 པས་ཞི་གནས་ལས་ཉམས་ཏེ་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ལ།  
 ཡང་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འཛོག་པ་གཅིག་ལྷ་བྱས་ན་སྤར་  
 ཀྱི་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱན་སྟོང་བ་ལས་ལྷག་མཐོང་སྐྱབ་ཚུལ་མེད་པས་དེའི་རྒྱན་

ལ་རི་ཅ་མ་བཞག་ཀྱང་ལྷག་མཐོང་འགྲུབ་མི་སྲིད་པས་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་དུ་  
མི་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲར་གྱི་གནས་ཆ་དེ་མ་ཉམས་  
པའི་ངང་ནས་ཚུ་མི་གཡོ་བའི་ནང་དུ་ཉུ་ཚུང་འབྲུག་པ་ལྟར་སོ་སོར་རྟོག་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱད་ཅིང་། དབྱད་མཐར་  
ངེས་པའི་འཛིན་སྣངས་བརྟན་པོའི་ངང་དུ་ཅུང་ཟད་འཛོག་ །ཡང་དཔྱོད་པ་  
སྟེ་དབྱད་འཛོག་གཉིས་སྟེལ་མར་བྲ། དེ་ལྟར་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་བསྐྱངས་  
པས་མཐར་དབྱད་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་ཆ་འདྲན་བྱུང་པ་ཞིག་འབྱུང་།  
དེ་ནས་ཀྱང་བསྐྱངས་པས་དབྱད་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་པ་དང་མཉམ་  
དུ་ཤིན་སྐྱངས་འདྲན་བྱུང་པ་ཞིག་འབྱུང་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་སེམས་ཤིན་  
སྐྱངས་ཀྱི་བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན་དང་ལྷན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལ་ཞི་ལྷག་བྱང་  
འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་གསུང་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་སྐྱབ་  
ཚུལ་ཤེས་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཏེ། རིའི་ཉམས་མགྱུར་དུ། ཅེ་གཅིག་བསམ་  
གཏན་ཅ་མ་ལ་འཁོར་བ་ཡི། །རྩ་བ་གཙོད་པའི་རྒྱས་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། ། ཞི་  
གནས་ལམ་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །རི་ཅ་མ་དབྱད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་  
མི་བརྟོག་པས། །ཡིན་ལུགས་སུ་ཐག་ཆོད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །གཡོ་མེད་  
ཞི་གནས་ཏྲ་ལ་བསྐྱོན་ནས་ནི། །མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་རིགས་པའི་མཆོན་རྟོན་  
ཀྱིས། །མཐར་འཛིན་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་འཛིག་བྱེད་པའི། །ཚུལ་  
བཞིན་དཔྱོད་པའི་ཡངས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོ་གྲོས་



ཀྱས་པར་མཛོད། །ཅེས་དང་། ཅེ་གཅིག་གོམས་པས་ཉིང་འཛིན་འབྲུབ་པ་  
ནི། །སྒྲོས་པར་ཅི་འཆལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པ་ཡི། །སོ་སོར་རྟོག་པ་ཡིས་  
ཀྱང་ཡིན་ལུགས་ལ། །གཡོ་མེད་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་གནས་པ་ཡི། །ཉིང་  
འཛིན་བསྐྱེད་པར་མཐོང་ནས་ཞི་ལྷག་གཉིས། །བྱང་འབྲེལ་བསྐྱབ་ལ་བཙོན་  
རྣམས་ལ་མཆོད་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་  
འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཆལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་  
ན་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱངས་ཏེ་སྤེད་པའི་རྩ་བ་  
གཙོད་པའི་གཉེན་པོ་མཐར་ཐུག་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་བྱེད་  
པར་ཅན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རི་ལྟར་བསྐྱགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྐྱར་དུ་  
འབྲུབ་པར་སྒྲུབ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྙམ་དུ།

དེ་ཉིད་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས། །

བྱངས་པའི་ཤིན་སྐྱངས་བདེ་ཆེན་དང་འབྲེལ་བ། །

དོན་དམ་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །

ཤེས་རབ་པར་བྱིན་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

༥ ། ཞེས་གསོལ་བ་འབྲུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་ལྷ་ཆོག་རྣམས་  
གྱི་སྐྱའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྐྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་པར་བསམ་མོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་ཐོབ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་སྒོམ་ཚུལ་ནི།

༥ སྐྱུ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྐྱུར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་  
ཉམས་ལེན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་མཉམ་གཞག་ཏུ་སྐྱང་ངོར་ཀྱན་རྫོབ་  
ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མི་དམིགས་པའི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྟོང་སང་དང་།  
ངེས་ངོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྐྱངས་  
དམ་པོ་གཉིས་ཆོགས་སུ་བསྐྱེད་ས་ནས། དེ་ལས་ལངས་ཏེ་རི་ར་བ་ཁང་བྱིམ་  
སོགས་དང་། མི་དང་དུད་འགྲོ་སོགས་ཕྱི་ནང་གི་སྐྱང་བ་གང་ཤར་ལ་བལྟས་  
པ་ན། སྐྱང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་རྩོན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཆར་  
བའམ། དེ་མིན་ཡང་དེ་ལྟར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ་པོ། །དེ་ཡང་རྩོན་པ་སྐྱུ་  
མ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་དཔེའི་རྣམ་གྲངས་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། སྐྱུ་མ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་  
དང་། སྒྲི་ཟེའི་གྲོང་བྱེད་དང་། བྲག་ཅ་དང་། གཟུགས་བརྟན་དང་། མི་ལམ་ལ་  
སོགས་པ་མང་དུ་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གི་ནང་ནས་གདམས་ངག་འདིར་སྐྱུ་  
མ་དང་། མི་ལམ་དང་། གཟུགས་བརྟན་གྱི་དཔེ་གསུམ་གསུངས། དེ་གསུམ་  
གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་མི་ལམ་དང་གཟུགས་བརྟན་གྱི་དཔེ་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེའི་

སྟེང་དུ་རང་ལ་ཉམས་སྟོང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལ། རང་ཅག་བོད་ན་སྐྱུ་མ་  
 བྱེད་པ་མ་དར་པས་ལྷ་མས་བསྟན་པའི་ཆོག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཙམ་ལས་  
 རང་ལ་སྐྱུ་མ་ཇི་ལྟར་སྤང་བའི་ཉམས་སྟོང་མེད་ལ། མི་ལམ་དང་གཟུགས་  
 བརྟན་གཉིས་འཆར་བཞིན་པ་ཡིན་པས་རང་གི་སྟོང་བ་ཇི་ལྟར་འཆར་བ་  
 དེའི་སྟེང་ནས་བསམས་ན་འཆར་སྤོ། །དེ་གཉིས་ལས་ཀྱང་གཟུགས་བརྟན་  
 གྱི་དཔེས་བསམས་པ་ནི་སྤང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་ལ་ངེས་པར་འདྲན་པ་ལ་  
 བསྐྱུགས་པར་སློབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པས་དབུ་མ་འཇུག་པ་དང་བཞི་བརྒྱ་  
 པའི་འབྲེལ་པ་སོགས་གཞུང་མང་པོར་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པས་ཀྱང་འདི་བྲད་ཆེ་བར་གསུང་དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་རྫོ་རྗེ་འཆར་  
 སློབ་བཟང་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ཀྱང་འདིར་གཟུགས་བརྟན་གྱི་དཔེ་གཙོ་  
 བོར་གསུང་། དེས་ན་སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆོ་ནང་གི་ལྷ་གཟུགས་  
 བཞིན་དུ་བསྟོན་མེད་དུ་སྤང་ཞིང་། ཇི་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་ལ་བརྟགས་པ་ན་  
 སྤང་བ་ལྟར་མི་བདེན་པས་སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པ་རྟོན་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་  
 ངེས་ཤེས་རྟོག་ནས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་མཐར་སྤྱིན་པར་ལྷ་མ་ལྟས་  
 སྤྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

སྤྱི་ནང་ཆོས་ནམས་སྐྱུ་མ་མི་ལམ་དང་། །

དྲང་བའི་མཆོ་ནང་ལྷ་གཟུགས་ཇི་བཞིན་དུ། །

སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པའི་ཚུལ་རྟོགས་ནས། །

སྐྱུ་མའི་ཉིང་འཛིན་རྫོགས་པར་བྱེན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་ནམས་  
གི་སྐྱེ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྫོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །

གཉིས་པ་བྱུང་པར་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་རང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་དུ་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་མཐར་ཐུག་པ་  
ལས་ལ་པ་མེད་པ་བཅུ་ལ་དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྦྱོང་  
འཇུག་ལས། ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་  
གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱལ་བས་ཆོས་གི་ཕུང་པོ་བརྒྱད་ཁྱིམ་བཞི་  
སྟོང་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལུགས་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་འདི་རྫོགས་  
པའི་ཐབས་ལ་ཤུགས་ཏུ་གསུངས་ཏེ། སྦྱོང་པ་ནམས་གི་གཉེན་པོར་ནི། །ཆོས་  
གི་ཕུང་པོ་མཐུན་པར་གསུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ཕུང་བརྒྱད་  
ཁྱིམ་བཞི་སྟོང་པོ་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྱིམ་བཞི་སྟོང་གི་གཉེན་པོར་གསུངས་

ཞིང་། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཙ་བ་མཐར་ཐུག་པ་ནི་བདེན་འཇིན་གཏི་  
 ཐུག་འདི་ཡིན་པས། གཏི་ཐུག་བཅོམ་ན་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་རང་འུགས་  
 ཀྱིས་འགག་པར་གྱུར་ལ། ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ནི་གཅིག་བཅོམ་པས་  
 ཅིག་ཤོས་མི་འཇོམས་ཏེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པས་ཞེ་སྤང་མི་  
 འཇོམས། ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པས་འདོད་ཆགས་མི་འཇོམས་པ་ནི་  
 ཆོག་གསལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཏི་ཐུག་གི་གཉེན་པོ་རྟོན་འབྲེལ་  
 བསྟོམས་པས་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་འཇོམས་རྒྱས་པ་ནི། འཕགས་པ་  
 ལྟས། ལུས་ལ་ལུས་དབང་རི་བཞིན་དུ། །གཏི་ཐུག་ཀྱན་ལ་གནས་འགྱུར་  
 ཏེ། །དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །གཏི་ཐུག་བཅོམ་པས་བཅོམ་  
 པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་  
 པ་ཐམས་ཅད་གནས་ལུགས་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་འདི་རྟོགས་པའི་ཐབས་ཤིག་  
 ཉམ་ཡིན་ལ། གནས་ལུགས་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་འདི་ནི་རྒྱལ་བས་ཤེར་ཕྱིན་  
 ཀྱི་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེར་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྟོ་ནས་  
 གསུངས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དགའ་བས། འདི་རྟོགས་པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་  
 པར་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས།

དེས་ན་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ཟབ་མོའི་དོན་འདི་  
 རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་པར་ལུང་བསྟན་པ་ཤིང་རྟོ་  
 ཆེན་པོ་སྤྲུའུ་ཕྱི་རིགས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེར་ཕྱིན་ཀྱི་དོན་ཟབ་མོ་འདི་  
 འཆོལ་དགོས་ཀྱི། མགོན་པོ་སྤྲུའུ་ཡབ་སྤྲས་ཀྱི་རིགས་ལམ་ལ་མ་བརྟེན་



བར་ཐབས་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་ཟབ་མོའི་དོན་འདི་རྟོག་པར་མི་རུས་པ་  
 བློ་དཔལ་ལྡན་ཟླ་བས། སློབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་ནི། །སྤྱི་  
 རོལ་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་དོ། །དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་  
 ཉམས། །དེ་ལས་ཉམས་པར་ཐར་པ་འབྱུང་ཡོད་མིན། །ཞེས་གསུངས། མགོན་  
 པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའི་གདམས་ངག་ཟབ་ཟབ་སྙན་སྙན་ཅི་  
 འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་རྟོག་འབྲེལ་  
 ཟབ་མོ་འདི་རྟོགས་མི་རུས་པ་ནི། རི་བ་ལྷག་བསམ་རབ་དཀར་གྱི་རིས་ལན་  
 སློབ་བཟང་བཞད་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ལས་ཀྱང་། མདོར་ན་ལྷ་སྐྱབ་ལུགས་བཟང་  
 གི། །ལྟ་དང་འགལ་བའི་ལྟ་བ་དེ། །ལུན་ཆོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ལྡན་ཞེས། །ཅི་  
 འདྲས་རི་ཅམ་བརྗོད་ན་ཡང་། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྟ་ཞིག་གི། །ཐར་པ་ཅམ་  
 ཡང་མི་ཐོབ་ཅེས། །མགོན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བ། །ཟླ་བའི་ཞབས་ཀྱི་  
 བཞེད་པ་བཞིན། །ལེགས་པར་གསུངས་ཞེས་ཐལ་མོ་སྦྱར། །ཞེས་གསུང་  
 བ་ལྟར་རོ། །མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་ཟབ་མོའི་དོན་འབྲེལ་པ་ལ་ངོ་  
 བོ་ལ་དཔྱེད་པ་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ། རྒྱལ་དཔྱེད་པ་དོ་རྩེ་གཟེགས་  
 མའི་རིགས་པ། འབྲས་བུ་ལ་དཔྱེད་པ་ཡོད་མེད་སྟེ་འགོག་གི་རིགས་པ་  
 སོགས་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ནི་རིགས་པའི་རྒྱལ་པོ་རྟོག་འབྲེལ་གྱི་  
 རིགས་པ་ཡིན་ལ། རྟོག་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱོས་པའི་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་གནས་ལུགས་སྟོང་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་

ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཏེ། སྒྲུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ངེས་པ་དངས་པས་རྒྱ་  
 འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་ནས་ཐམས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་ལ་ལྟག་པར་ཡང་  
 བཅོམ་པ་དང་། སྟོང་པ་ལ་ངེས་ཤེས་དངས་པས་མཆོན་འཛིན་གྱི་དམིགས་  
 གཏོད་གང་གིས་ཀྱང་འཆིང་མི་རུས་པ་དང་། དེ་ཙམ་དུ་ཡང་མ་ཟད་སྒྲུང་བ་  
 རྟེན་འབྲེལ་ལ་ངེས་པ་དངས་པ་ན་རྟག་ཆད་ལ་སོགས་པའི་སྟོས་པའི་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སྟོང་པ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཆར་བ་དང་། སྟོང་པ་  
 ལ་ངེས་ཤེས་དངས་པས་སྒྲུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཆར་བ་སྟེ།  
 སྟོང་པ་རྟེན་འབྲུང་དང་རྟེན་འབྲུང་སྟོང་པར་འཆར་བ། སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐའ་  
 སེལ་ཞིང་སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་ཞིག་འོང་གསུང་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཟབ་  
 མོའི་ཚུལ་འདི་ནི་བདག་ཅག་གི་ཡབ་མེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་ཆད་མེད་པ་  
 ལུལ་ཏེ། གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ལ་རྒྱན་རིང་བ་འདེབས་པར་མཛད་པས་  
 མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་ཞལ་མཛོན་སུམ་དུ་བསྟན་ནས་སྤྱིར་  
 མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་ལྟ་  
 བ་མཐར་ཐུག་པ་སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་  
 བ་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མོའི་ཚུལ་འདི་མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་རིགས་ལམ་གྱི་སྟོང་  
 རྣམ་འདོམས་པར་མཛད་པས། རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་རི་བཞིན་དུ་ཐུགས་སུ་ཆུད་  
 རྣམ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་རི་སྟར་གདམས་པའི་ལྟ་བུའི་གནད་  
 རྣམས་ཆིགས་བཅད་དུ་མཛད་པ་ནི། གང་ཞིག་འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་

ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྒྱ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་པ་མེད་མཐོང་ཞིང་། །དམིགས་  
 པའི་གཏན་སོ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཞིག་པ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དགྲེས་པའི་ལམ་  
 ལ་ཞུགས། །སྒྲུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་དང་། །སྟོང་པ་ཁས་ལེན་  
 བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །རི་སྒྲིང་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་དེ་སྒྲིང་དུ། །ད་དུང་ཐུབ་  
 པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་  
 དུ། །རྟེན་འབྲེལ་མི་སྐྱར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ནས། །དེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་  
 སྒྲུངས་ཀྱང་འཛིག་ན། །དེ་ཆེ་ལྷ་བའི་དབྱུང་པ་རྫོགས་པ་ལགས། །གཞན་  
 ཡང་སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། །སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་  
 སྟོང་པ་ཉིད། །རྒྱ་དང་འབྲས་བྱར་འཆར་བའི་ཚུལ་ཤེས་ན། །མཐར་འཛིན་ལྷ་  
 བས་འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས། །གཞན་ཡང་ཐུབ་པའི་དབང་  
 བོ་ལ་བསྟོད་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྟོང་པོ་ལས། །འཛིག་རྟེན་རྒྱད་པ་རི་  
 སྟེང་པ། །དེ་ཡི་རྩ་བ་མ་རིག་སྟེ། །གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་ལྡོག་པ། །རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་གསུངས། །དེ་ཆེ་སྟོང་དང་ལྡན་པ་ཡིས། །རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལམ། །ཁྲིད་ཀྱི་བསྟན་པའི་གནད་ཉིད་དུ། །རི་ལྷར་  
 ཁོང་དུ་ཆུད་མི་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་ཐབ་མོའི་ཚུལ་གྱིས་ཐུགས་  
 གཉིང་ནས་སྟོགས་པའི་བསྐྱེད་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་ལྷར་རོ། །རྟེན་འབྲེལ་  
 དང་སྟོང་པ་འགལ་མེད་དུ་ཤར་བ་ལ་ནི་རྒྱལ་བས་ཀྱང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོར་  
 རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་པ་ལོང་། །མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས་ཀྱང་། །ཆོས་རྣམས་སྟོང་པ་  
 འདི་ཤེས་ནས། །རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་འཐད་པ་གང་། །དོ་མཆར་བས་ཀྱང་འདི་

ངོ་མཆར། །མཛད་བྱུང་བས་ཀྱང་འདི་མཛད་བྱུང་། །ཞེས་དང་། གང་གིས་ཏེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །ཞེས་སོགས་དང་། གང་ཞིག་སྟོང་དང་ཏེན་འབྱུང་  
 དག །དབུ་མའི་ལམ་དུ་དོན་གཅིག་པར། །གསུང་མཆོག་མཚུངས་པ་མེད་  
 པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐུབ་པའི་  
 དབང་པོ་ལ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཏེན་འབྱུང་གསུང་པ་འདི་ཉིད་  
 རབ་དང་། ཕྱལ་དང་། མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་འཁོར་འདས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བརྟགས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་མེད་ཀྱང་།  
 མ་བརྟགས་མ་དབྱད་པར་རྒྱ་འབྲས་ཏེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་མེད་དུ་འཆར་ཞིང་། དེ་  
 ཡང་སྒོས་བྱས་དང་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། གཟུགས་ནས་རྣམ་  
 མཐེན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པས་སྟོང་མཉམ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་  
 ཡོད་མཉམ་དུ་མཚུངས་ཤིང་། སྒྲིང་བ་དང་སྟོང་པ་གཉིས་འགལ་བ་མིན་པར་  
 གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་འཆར་བ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
 ལྷ་སྐྱབ་གྱིས་རི་ལྟར་བཀྲལ་བའི་ཐབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟར་བ་མཐར་ཐུག་པ་འདི་  
 ལྟར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བར་ལྷ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

འཁོར་འདས་རང་བཞིན་རྒྱལ་ཅམ་མེད་པ་དང་། །

རྒྱ་འབྲས་ཏེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་གཉིས། །

ཕན་ཚུན་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འཆར་བ་ཡི། །

ལྷ་སྐྱབ་དགོངས་དོན་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
 གྱི་སྒྱུ་འཛི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
 གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
 གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་  
 ལྟ་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དགའ་ཞིང་། མ་རྟོགས་ན་མདོ་སྒྲགས་གང་  
 གི་སྒྲུབས་སུ་འང་ལམ་གྱི་སྟོག་མི་བརྟེན་ཅིང་། སྦྱོང་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་རི་  
 ཅམ་བསྒྲུབས་ཀྱང་མིག་དང་བུལ་བའི་མི་བཞིན་དུ་ལམ་བཟོད་མི་རུས་པར་  
 གསུངས་ལ། གདམས་ངག་འདིར་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་སྒྲུ་སྒྲུབ་གྱིས་བཀྲལ་  
 བའི་ཟབ་མོའི་དོན་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེས་པར་ཕྱིན་དུག་གི་མཇུག་ཏུ་  
 ས་ཁོང་དམིགས་སྤེལ་བ་ཅམ་ཞིག་མཛད་ནས། ལྟ་བ་དེ་འཆོལ་བའི་ཚུལ་དང་།  
 བཅའ་ནས་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བར་མ་མཛད་པ་ནི། དགའ་ལྡན་  
 བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་སྟོལ་ཕྱག་ཆེན་རྩ་བ་རྒྱལ་བའི་གཞུང་ལམ་  
 དུ་ལྟ་བའི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་གསལ་བར་མཛད་ཅིང་། དེ་ནི་སྒྲ་  
 མ་མཆོད་པའི་གདམས་ངག་འདི་དང་བྱུང་དུ་སྦྱེལ་ནས་དབུ་མའི་ལྟ་བ་སྒྲོམ་  
 ཚུལ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དགོངས་པར་མཛོད་ནོ། །དེ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
 ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་གམ། དབུ་མའི་ལྟ་བའི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་གནད་རྣམས་  
 གདམས་ངག་འདིའི་ཆོག་གི་རུས་པ་ལ་རི་ལྟར་ཐོན་པ་དང་། མན་ངག་ཞལ་  
 ཤེས་རྣམས་ཡི་གེ་ཉུང་དུ་འཛོམས་བཞུགས་པ་ཡིན་གྱི། ལམ་དེ་དག་གི་



གནད་རྣམས་རྒྱས་པར་ནི་འཛིག་ཏེན་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་མེ་གཅིག་ཕུ་བྱང་ཚུབ་  
ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དོན་མེད་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གསུམ།

༥ སྒྲགས་ལམ་ཟབ་མོའི་སྒྲོད་རུང་དུ་བྱ་བ་དང་། སྒྲོད་དུ་གྱུར་ནས་དམ་  
ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་དག་པར་བྱ་བ་དང་། ལམ་རིམ་གཉིས་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་སྒྲགས་ལམ་ཟབ་མོའི་སྒྲོད་རུང་དུ་བྱ་བ་ནི།

དེ་ནས་དོན་མཛིན་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། ཁྱིམ་ལས་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཆོའི་  
འཛིང་བཀལ་ཏེ། ཁྱེས་གསུངས་ཏེ། བཤེས་གཉེན་བསྟན་ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་  
གི་བར་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྦྱངས་པས་སྲིད་པ་མཐའ་དག་མེ་འབར་བའི་  
རྒྱབས་ལྟར་མཐོང་སྟེ་སའི་དབང་ཕྱུག་གི་དཔལ་ལའང་ཆི་ལམ་དུའང་འདོད་  
པ་མི་སྦྱེད་ཅིང་། འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་པ་ལོག་སྟེ་ཉིན་  
མཆོན་ཀྱན་ཏུ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་ཤྱགས་བྲག་དང་། མཁའ་མཉམ་  
གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་རང་གི་མ་ཀའ་ཉིད་དུ་མཐོང་ཞིང་། རང་ཉམས་ལ་  
དཔགས་ཏེ་མ་ཀའ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་བསམས་པ་ན། མ་ཀའ་  
རྣམས་སྲིད་པའི་བཙོན་རར་རྒྱུད་ཅིང་སྦྱག་བསྐྱལ་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པས་

མནར་བའི་ཚུལ་མཐོང་བས། དེ་དག་ལ་ཤས་མི་བཟོད་བའི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོས་  
 ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་བསྐྱོད་ཅིང་། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་  
 ཚུབ་གྱི་སེམས་ཆས་ཆེར་འཕེལ་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱིའི་སྐྱོད་པ་མཐའ་དག་ལ་  
 སློབ་ཅིང་། རང་ངོས་ནས་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་ཕྱིར་དུ་ཡང་བསྐྱེད་པ་ལྟ་མེད་  
 པའི་བར་དུ་དཔྱལ་བར་གནས་དགོས་ཀྱང་ཁྱེད་པ་མེད་ཅིང་བཙོན་པ་མི་  
 འདོར་བའི་སྙིང་སྟོབས་ཡོད། །སེམས་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་བསམས་པ་ན་སྐད་  
 ཅིག་རེ་རེས་ཀྱང་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིངས་ནས། མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ལས་སྐྱེལ་ཕྱིར་ལྷུར་བ་ལྷུར་བར་འཆང་རྒྱ་  
 བའི་ཐབས་དམ་པ་སྤྲོ་མེད་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །སྤྲོ་མེད་གྱི་ཐེག་  
 པ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ་ནི་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་པས། དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་  
 མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལས་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་འོད་དགོས་ཏེ།  
 དབང་མ་ཐོབ་པར་རྒྱུད་དོན་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་རིམ་གཉིས་བསྐྱོམ་པ་སོགས་  
 བྱས་ཀྱང་མཆོག་མི་འབྱུང་པར་མ་ཟད། སྤྱགས་གྱི་གསང་བ་ཐབ་མོ་ལ་དབང་  
 མེད་པར་རང་དགར་ཡོངས་སྤྱད་པའི་ཉེས་པས་མནར་མེད་དུ་འགྲོ་བར་རྒྱུད་  
 དང་བྱུང་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོ་ལས་གསུངས། དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་  
 པ་ལ་དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་པས། ཐོག་མར་  
 དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་འབད་པ་དུ་མས་འཆལ་དགོས་  
 ཏེ། ཉིན་གཅིག་འཛིགས་སར་འགྲོ་བའི་སྐྱེལ་མ་ལའང་སྟོ་གཏད་ཐུབ་མི་ཐུབ་  
 ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་ན། སྤྱིད་ཞིའི་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱེད་

ཏེ་སངས་རྒྱུ་ས་ཀྱི་སར་འབྲིད་པའི་སྒྲུ་མ་ནི་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་པ་ལྟ་ཅི་  
 སྒྲོས། དེས་ན་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ནས་ནོར་བུ་ལེན་དུ་འགོ་བ་ལ་དེད་དཔོན་  
 ཐབས་ལ་མཁས་པ། ལམ་རྒྱུ་ས་ཡོད་པ། སྒྲིང་སྒྲོབས་དང་ལྡན་པ། སྒྲོ་གཏད་  
 ཐུབ་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ལྟར། གསང་ཆེན་རྒྱུད་སྒྲེ་རྒྱ་མཆོར་ཞུགས་  
 ནས་བྱང་འཇུག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལེན་པར་བྱེད་པ་ལ། རྩོམ་སྒྲོབ་དཔོན་  
 གྱིན་སྒྲུབས་ཀྱི་རྒྱན་མ་ཉམས་པ། སྒྲགས་ལམ་རྒྱུ་ས་ཡོད་པ། མན་ངག་དང་  
 ལྡན་པ། རང་ལ་སྒྲགས་རྩེ་ཆེ་བ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་གཏད་ཐུབ་  
 པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུ་མ་ཞིག་རྟོན་པ་ན་སྒྲར་ལམ་སྒྲན་མོང་བའི་  
 སྒྲུབས་ལས་ཀྱང་ལྟག་པའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་བྱས་ཏེ། དབང་གི་དོན་  
 དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ། རྩོམ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་སྒྲོབ་པ་དེ་སྒྲོད་དུ་རུང་  
 མི་རུང་ལེགས་པར་བཏགས་ནས་སྒྲོད་དུ་རུང་བར་མཐོང་ན་རྩེས་སུ་བཟུང་  
 རྟེ། ཐོག་མར་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་པའི་གདམས་ངག་གྱིན། །སྒྲོབ་མ་དེས་ཀྱང་སྒྲུ་མ་  
 ལྟ་བུ་པ་མཉན་ཏེ་ཆོག་བཟུང་ཞིང་དོན་ལ་བསམས་ཏེ། དེ་ནས་བཤེད་པའི་  
 བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལ་འབད། དེ་ནས་དབང་བསྐྱར་ཏེ། དེ་ཡང་དབང་  
 བསྐྱར་བ་ལ་ཐོག་མར་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་  
 པ་དང་། རིགས་ལྟའི་དམ་ཆོག་རྣམས་ཁས་ལེན་དགོས་ཤིང་། དམ་ཆོག་  
 དང་སྒྲོམ་པ་བསྐྱང་བར་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་པ་ལ་བུམ་  
 དབང་གི་སྒྲོ་ནས་ལམ་བསྐྱེད་རིམ་སྒྲོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱེད་པ་དང་། འབྲས་  
 བུ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་དང་ཞིང་དང་འཁོར་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བའི་རྣམས་པ་བྱེད་

པར་ཅན་བཞག་ དེ་ནས་དབང་ཕྱི་མ་གསུམ་རིམ་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་རྫོགས་རིམ་  
 གྱི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་སྒོམ་པ་ལ་དབང་བར་བྱས་ཤིང་། འབྲས་བུ་ཡོངས་  
 སྦྱོང་རྫོགས་སྒྱ། ཆོས་སྒྱ། རོ་བོ་ཉིད་སྒྱའམ། ཟུང་འདུག་གི་སྒྱ་རྣམས་འབྲུབ་  
 པའི་རྒྱས་པ་བྱད་པར་ཅན་བཞག་ །གཞན་ཡང་དབང་བཞི་པའི་སྐབས་སུ་  
 ལས་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་དག་པར་བྱེད་པ་དང་། ཕྱི་ནང་གི་བགོགས་  
 བར་ཆད་རྣམས་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་གྱི་བྱིན་ཆུབས་  
 ཐམས་ཅད་པབ་སྟེ་ལམ་རིམ་གཉིས་སྒོམ་པ་ལ་བསོད་ནམས་གྱི་མཐུ་ཅན་དུ་  
 བྱེད་པ་དང་། ལམ་རིམ་གཉིས་གྱི་གནད་མཐའ་དག་སྦྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
 ཉེན་འབྲེལ་མཐའ་དག་སྒྲིག་པར་བྱེད་དོ། །

དེས་ན་དབང་བསྐྱར་བ་ནི་ལམ་གྱི་སྡོན་འགྲོ་ཙམ་དུ་མི་གཟུང་གི་ །ལམ་  
 རིམ་གཉིས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པའི་གནད་མཐའ་དག་དབང་གི་སྐབས་  
 སུ་གཞི་ཐིངས་པ་ཞིག་དགོས་པས་དང་པོར་སྤྲགས་གྱི་སྒོ་འབྲེད་པ་ནས་  
 བཟུང་མཐར་སངས་རྒྱས་པའི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་དབང་གི་  
 ཁོག་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་དགོས་གསུང་དོ། །དེ་ལྟར་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་  
 ཐོབ་ནས་དམ་ཆིག་དང་སྒོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་བ་གཞིར་བཞག་ནས་  
 རྒྱད་དོན་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་ཞུགས་ཏེ་ལམ་རིམ་གཉིས་གྱི་གནད་རྣམས་  
 འཆོལ་དགོས་སོ། །དེ་ལ་ལམ་རིམ་གཉིས་གྱི་གནད་རྣམས་གང་དུ་ཡོད་  
 ས་ནི་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་མཆོན་ན། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱད་  
 ཡིན་ལ། འདུས་པའི་ཅ་རྒྱད་དུ་ལམ་རིམ་གཉིས་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་ཆང་

བར་བཞུགས་ཀྱང་། མཐའ་དྲུག་དང་ཚུལ་བཞིས་རྒྱས་བཏབ་པས་སྒྲུབ་མའི་  
མན་ངག་ལ་མ་བརྟེན་ན་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་གདུལ་བྱས་ཀྱང་ཙ་རྒྱུད་ཀྱི་སྟེང་  
ནས་ལམ་གྱི་གནད་རྣམས་མི་རྟོག་ན། གདུལ་བྱ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་  
སྟོས། དེས་ན་ཙ་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོ་ཕྱེ་སྟེ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་གནད་རྣམས་གསལ་བར་  
སྟོན་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱུད་ཕྱི་མ་དང་རྟོ་རྩེ་ཕྱིར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
བཤད་རྒྱུ་རྣམས་མཛད་ལ། དེ་ལྟ་ནའང་ཕྱི་རབས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་  
ཀྱིས་ནི་བཤད་རྒྱུ་ལ་ཞུགས་ཀྱང་ད་དུང་ལམ་གྱི་གནད་རྣམས་རྟོག་མི་  
རུས་པས། བཤད་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཙ་རྒྱུད་འཆད་ཤེས་པའི་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་  
མན་ངག་ལ་བརྟེན་དགོས་སོ། །

དེས་ན་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་མན་ངག་  
དེ་ལ་སྦྱངས་པས་རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་མདོ་རྒྱུད་དང་། དེའི་དགོངས་  
འགྲེལ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་གཞུང་རྣམས་ལ་ངེས་པར་ལྟག་པར་དུ་བསྐྱེད་རུས་  
པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་  
གཞུང་རྣམས་ན་མེད་པའི་མན་ངག་ཟུར་པ་ཞིག་སྒྲུབ་མའི་ངག་རྒྱུན་ལ་ཡོད་པ་  
གོ་ཞིང་། བཀའ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་དང་མི་མཐུན་ཡང་མན་ངག་  
འདི་ཉིད་མཆོག་གོ་སྟུང་དུ་བཟུང་ན་ནི་རང་ཉིད་ལམ་བཟང་པོ་ལ་བགྱོད་མི་  
རུས་པར་མ་ཟད། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་རྣམས་རྒྱབ་པའི་རྒྱུན་དུ་ཆེ་  
བས། སྟོ་གྲོས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་  
མི་མཐུན་པའི་གདམས་ངག་ཏུ་གྲགས་པ་རྣམས་ལ་ནམ་ཡང་ཡིད་མི་རྟོག་



པར་ཅ་བཤད་སྐྱར་བའི་སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བའི་  
 བཀའ་ཉིད་གདམས་པའི་མཆོག་ཏུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པས། རྒྱུད་སྡེ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་ཆེ་བ་རྣམས་  
 ཕྱི་ལོ་སྟོན་པ་གཅིད་པའི་ཆོས་རྒྱ་བ་ཅམ་དུ་མཐོང་ནས་དེ་དག་ཏུ་སྦས་ནས་  
 མ་བཤད་པའི་གདམས་ངག་ཟུར་དུ་བབ་མོ་ཞིག་ཡོད་དོ་སྙམ་དུ་འཛིན་པ་ནི།  
 ཆོས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་ལ་ཞེ་གཅིག་པས་མེད་ཅིང་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེ་  
 བ་རྣམས་ལ་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་བ་དང་། དེ་དག་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་  
 གོགས་བྱས་ནས་དེ་རྣམས་སྐྱར་དུ་རྒྱབ་པའི་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་དུག་  
 བཞིན་དུ་སྤང་བར་བྱ་ལ། སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་ཆེ་བ་  
 རྣམས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱ། ཞེས་དང་། བབ་  
 གནས་མཐར་ཐུག་པ་རྣམས་ཡོད་ས་ནི་རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཅ་རྒྱུད་རྣམས་  
 ཡིན་ལ། དེ་གོ་བ་ལ་སྒྲ་མ་དགོས་ཤིང་། སྒྲ་མས་ཀྱང་གང་བྱུང་བྱུང་ནས་  
 བཤད་པས་མི་ཆོག་གོ། བཤད་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཅ་རྒྱུད་  
 བཤད་ཤེས་པ་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་མན་ངག་ནི། ཅ་རྒྱུད་  
 རྣམས་ཀྱི་དོན་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
 བཤད་དེ་སྟོབ་མའི་རྒྱུད་ལ་གོ་བ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ་བཟུང་བས་  
 ཞལ་ལས་ཤེས་ལུགས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་གོ་བར་བྱ་ཡི། རྒྱུད་རྣམས་སུ་བྱི་བར་  
 སངས་ནས་དེ་དག་ཏུ་མ་བཀོད་པར་རྟུང་དུ་རིམ་བཤེས་བརྒྱུད་པ་ལ་མི་  
 གཟུང་ངོ། །

དེས་ན་མཉམ་པའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་ལ་རིང་དུ་སྦྱངས་ནས་  
 རྒྱུད་སྡེ་སོགས་ཆད་ལྡན་གྱི་གཞུང་ལ་བསྟུངས་པ་ན་རྒྱུད་དོན་དུ་མ་ཞིག་ལ་  
 དེས་པར་སྟེར་བ་དགོས་ཀྱི། གདམས་ངག་ཁྲེགས་རྒྱུད་དོན་ལ་དབྱུང་པ་  
 ན་དེས་པ་ཅི་ཡང་སྟེར་མི་རུས་པར་སྦྱང་ན་སྟོ་སྟོན་དང་དོན་སྟོན་གང་རུང་  
 ཞིག་བྱང་བའི་རྟགས་སོ། །སྒྲགས་དང་མཆོན་ཉིད་གང་གི་ལུགས་ལ་ཡང་རྟ་  
 རྒྱག་པའི་སྟོན་དུ་གང་དུ་རྒྱག་པའི་རྒྱག་ས་སྟོན་པ་བཞིན་དུ་དང་པོར་ཐོས་  
 བསམ་གྱིས་གང་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དེ་ནས་དེ་  
 རྟེན་གཏན་ལ་པབ་པའི་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། སྟོང་ནས་  
 སྦྱབ་པ་བྱེད་འདོད་པས་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་སྦྱངས་ན་བཞད་  
 གད་ཀྱི་གནས་སུ་བསྟུང་། རྒྱུད་སྡེ་ལ་མང་དུ་སྦྱངས་པ་དང་མ་སྦྱངས་པ་  
 གཉིས་ཉམས་ལེན་ལ་མང་ཅུང་ཅི་ཡང་མི་ཡོང་བའི་དུས་སུ་སྦྱང་བས་ཐར་  
 པ་འདོད་པ་དག་གིས་སྟོ་ཞིབ་མོས་ལེགས་པར་བརྟག་པར་བྱོས་ཤིག །ཅེས་  
 གསུངས་ཡང་བོད་ཀྱི་སྟོ་མ་ཆེན་རྣམས་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བའི་དབང་གིས་སྟོ་མ་  
 བྱེད་པ་ལ་ལམ་མ་ཞོར་བ་ཞིག་འཆོལ་དགོས་ཞེས་སྟོན་བསྟུངས་མཛད་པའི་  
 ཇི་བ་ལྟག་བསམ་རབ་དཀར་དུ། གདམས་ངག་ཏུ་གྲགས་པ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
 དང་མི་མཐུན་པ་རྣམས་ལ་རི་ལྟར་ཡིན་ཇི་བ་མཛད་པ་ན། དེའི་ཇིས་ལན་  
 སྟོ་བཟང་བཞད་པའི་སྦྱ་དབྱངས་ལས། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་  
 དང་། །དགོངས་འགྲེལ་མཁས་གྲུབ་གཞུང་ལུགས་དོན། །འདོར་བ་བདག་ཅག་  
 མི་ལས་དུ། །མི་འདོད་ཕྱིར་ན་མཉམ་པའི་ཏུ། གྲགས་པ་རྣམས་ཀྱང་གསུང་རབ་

དང་། །མ་ཐུན་ན་ལེགས་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་ཆོ། །འདོར་སྤྱོད་གདམས་ངག་རྣམས་  
 ལ་འབབ། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་བཤའ་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཅ་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟེན་པའི་མན་ངག་མཐར་ཐུག་པ་ནི་མགོན་པོ་སྤྱི་  
 སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་རིམ་སྟོན་པ་ལ་མདོར་བྱས་དང་མདོ་བསྟེ། རྫོགས་རིམ་  
 སྟོན་པ་ལ་རིམ་ལྔའི་གཞུང་མཛད་དེ། མན་ངག་གི་མཐར་ཐུག་འཕགས་པའི་  
 གཞུང་དེ་དག་དང་། འཕགས་པ་ལྟས་མཛད་པའི་སྟོན་བསྐྱེད་སྟོན་མེ། ཟླ་བ་  
 གྲགས་པས་མཛད་པའི་འགྲེལ་བ་སྟོན་གསལ་སོགས་དང་། དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གནད་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ད་ལྟའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་གོ་  
 སྤྱོད་བར་མཛད་པ་འདི་ག་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་སྟོན་མེ་གཅིག་ལུ་རིམ་ལྔ་གསལ་  
 བའི་སྟོན་མེ་དང་། རྫོགས་འཆང་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་གསང་བ་ཀྱན་ཀྱི་  
 གནད་རྣམས་པར་བྱེ་བ་སོགས་རྗེའི་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་འདི་རྣམས་ཡིན་  
 ལ། སྤྲུགས་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ལ་སྟོང་ནས་བསྐྱེད་པ་བྱ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བོ་འདི་ལྟ་བུའི་མན་ངག་གི་མཆོག་རྣམས་ལ་བརྟེན་དགོས་ཏེ། ཡིད་བཞིན་  
 ཀྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ངེས་པར་ལེན་འདོད་ན་ལམ་རྒྱས་ཅན་ཀྱི་དེད་དཔོན་  
 ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་འཇུག་དགོས་པ་བཞིན་དུ། ཟབ་ལམ་རིམ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཁོར་བུ་ངེས་པར་འཆོལ་བར་འདོད་ན་རྒྱུད་དོན་ལ་མཁས་པའི་སྤྱི་  
 མ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གསང་ཆེན་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་མཆོར་ཐོས་བསམ་ཀྱིས་  
 ཞུགས་ནས་འཆོལ་དགོས་སོ་ཞེས་གདམས་ངག་འདིར་གསུངས་ཏེ། དེ་  
 བས་རྫོགས་འཛིན་པའི་དེད་དཔོན་ཀྱི། །འདིན་ལས་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་འཛིན་

བཀལ་ཏེ། །ཞེས་པ་འདིས་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ལ་བཏེན་  
ནས་རྒྱུད་སྡེ་ཁྱུངས་མ་ནས་འབྱུང་བའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་དབང་རྣམ་པར་དག་  
པ་ཐོབ་དགོས་པ་དང་། རྒྱུད་དོན་ལ་མཁས་པའི་སྒྲུབ་དམ་པ་ལ་བསྟེན་ནས་  
རྒྱུད་སྡེའི་དོན་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་གནད་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་གོ་ཡུལ་ཕུ་  
ཐག་ཆོད་པ་དགོས་པ་གཉིས་ཀ་བསྟན་ཏོ། །

དེས་ན་དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱི་གསུང་དོ་རྗེའི་  
ཆིག་འདི་དག་གི་གསུང་གི་ཟུར་རེ་རེས་ཀྱང་ལམ་གྱི་གནད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དག་  
སྟོན་པ་དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སྟོན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་གི་སྟེང་དུ་  
འབབ་པའི་ཚུལ་འདི་དག་ལ་ངེས་པ་བཏེན་པོ་ཉིད་པར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ་སྟོན་དུ་གྱུར་ནས་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་དག་པར་ བྱེད་ཚུལ་ནི།

༥ དངོས་གྲུབ་རྩ་བ་དམ་ཆིག་སྟོམ་པ་རྣམས། །སྟོག་ལས་གཅེས་པར་  
འཛིན་པར་བྱེན་གྱིས་སྟོབས། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱུད་  
སྒྱུངས་ནས་སྟགས་ལ་ཞུགས་ཏེ་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་ནས་དངོས་  
གྲུབ་ཀྱི་རྩ་བ་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་དག་པར་བྱེད་པ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ།  
དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྒྱུངས་ན་དངོས་གྲུབ་ངེས་པར་ཐོབ་  
ཀུས་པ་ནི། རྩ་སྒྱུང་བཅུ་བཞི་ལས། སྟགས་པས་དེ་དག་སྒྱུངས་ན་ནི། །དངོས་

གྲུབ་ངེས་པར་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ཡང་དམ་  
 ཚིག་དང་སྒྲོམ་པ་རྣམས་པར་དག་པའི་སྒྲོ་ནས་ལམ་བསྐྱོམས་ན་རིང་པོར་མི་  
 ཐོགས་པར་རབ་ཆེ་འདི་དང་། འབྲིང་བར་དོ་དང་། ཐ་མའང་སྐྱེ་བ་ཁ་ཤས་  
 ལ་ངེས་པར་འཆང་རྒྱ་བ་དང་། ཆེ་འདིར་ལམ་རིམ་གཉིས་སྒྲོམ་པ་ཆེར་མ་  
 བྱུང་ཡང་། དམ་ཚིག་དང་སྒྲོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས་ཏེ་མ་ཉམས་པར་  
 བྱས་ན་སྐྱེ་བ་བཅུ་དྲུག་ཚུན་ལ་ངེས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་གསུངས་ཏེ། ས་ར་  
 ཏས་ཐོད་པའི་འགྲེལ་པར་བྱངས་པའི་གསང་བའི་མཛོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལས། དབང་  
 བསྐྱར་ཡང་དག་སྤྱིན་ལྟར་ན། །སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བར་དབང་བསྐྱར་འགྱུར། །དེ་ཡིས་  
 སྐྱེ་བ་བདུན་ལ་ནི། །མ་བསྐྱོམས་པར་ཡང་དངོས་གྲུབ་འཐོབ། །གང་ལ་སྐྱོམ་  
 པ་དང་ལྟན་ཞིང་། །གལ་ཏེ་དམ་ཚིག་སྒྲོམ་ལ་གནས། །སྐྱེ་འདིར་ལས་དབང་  
 གིས་མ་གྲུབ། །སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་དངོས་གྲུབ་འཐོབ། །རེ་ཞིག་དམ་ཚིག་ཉམས་  
 པ་ན། །དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ལྟ་ཞོག་གི། །མི་ཡི་སྐྱེ་བའང་རྙེད་པར་དགའ། །ཞེས་  
 དང་། དམ་ཚིག་ལྟ་པ་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་ལྟང་བ་མེད་གྱུར་ན། །སྐྱེ་བ་བཅུ་  
 དྲུག་དག་ན་འགྲུབ། །ཅེས་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལྷ་བས་ཀྱང་། མ་བསྐྱོམས་གྱུར་  
 ཀྱང་ལྟང་མེད་ན། །སྐྱེ་བ་བཅུ་དྲུག་དག་ན་འགྲུབ། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། །རྒྱུད་  
 དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་མང་པོར་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །དམ་ཚིག་  
 དང་སྒྲོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་བསྐྱུངས་པར་ཡལ་བར་དོར་ན་ནི། དངོས་  
 གྲུབ་མི་འཐོབ་པར་མ་ཟད་འདི་ཕྱི་ཀུན་དུ་ཕྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཅ་ལྟང་བཅུ་  
 བཞི་པ་ལས། གཞན་དུ་དམ་ཚིག་ལས་ཉམས་ན། །ཉམས་པ་བདུད་ཀྱིས་



གཟུང་བར་འགྱུར། །དེ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་མཛུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཐུར་དུ་བསྐྱེད་  
 ཏེ་དཔྱུལ་བར་འགྱོ། །ཞེས་དམ་ཆིག་ཉམས་ན་ནི་ཆེ་འདིར་བདུད་དང་ལོག་  
 འདྲེན་ལ་སོགས་པ་དུ་མས་འཆེ་ཞིང་ཡང་བ་དུ་མས་མནར་ཏེ་སྤྱར་དུ་འཆེ་  
 བ་དང་། །ཞི་ནས་མནར་མེད་དུ་སྤྱང་བར་གསུངས། །དམ་ཆིག་ཉམས་པས་  
 ཡིད་དམ་གྱི་སྟེ་ལ་མཆོད་པ་ཕུལ་གྱང་མི་བཞེས་པ་ནི། །ཟླ་གསང་ཐིག་ལེའི་  
 རྒྱུད་ལས། །སྤྱགས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་དོན་འདོད་པས། །དམ་ཆིག་སྤྱང་ལ་བཙོན་  
 པར་བྱ། །གཞན་དུ་བྱས་ན་སྤྱགས་མཁན་གྱིས། །སྤྱགས་ལ་སོགས་པའི་  
 དོན་མི་འགྱུར། །སྟོན་ཉམས་གྱང་ནི་དམ་ཆིག་གི། །གསོལ་ཡང་བཞེས་སུ་མི་  
 གནང་སྟེ། །འདིག་ཏེན་འདི་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ། །འདིག་ཏེན་པ་རོལ་དཔྱུལ་  
 བ་ནམས། །དམ་ཆིག་སྤྱོད་པ་འདས་པ་ཡི། །ཚོངས་པའི་བདག་ཉིད་དེ་འཕྲོ་  
 བོ། །ཞེས་གསུངས། །དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་སྤྱགས་ཀྱི་སྟོམ་  
 བཟུངས་ཅི་བྱས་གྱང་ཡི་དམ་དང་སྤྱང་མ་མཉེས་པའི་ཐབས་མེད་ལ། །དམ་  
 ཆིག་ཉམས་པ་དེ་ལ་མཁའ་འགྱོད་དང་ཤ་བ་དུ་མས་འཆེ་ཞིང་། །དེ་ལ་ཡི་དམ་  
 རྣམས་གྱིས་གྱང་སྤྱབས་མི་བྱེད་པ་ནི། །བདེ་མཆོག་ཙ་རྒྱུད་ལས། །དམ་ཆིག་  
 འཛོམས་ཤིང་ངན་སྤྱོད་པ། །བྲམ་བེ་གསོད་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །སྤྱིག་སྤྱོད་  
 ཚོངས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །བསྐྱེད་འགྱུར་ངན་པའི་བདག་ཉིད་དེ། །མཁའ་  
 འགྱོམ་ཡིས་ཐོས་གྱུར་གྱང་། །དེ་ལ་ང་ནི་སྤྱོད་མི་བྱེད། །གསང་བ་པོ་ཡི་ནང་  
 ན་ནི། །སྤྱབ་པོ་དེ་ནི་སྤྱགས་དང་འདྲ། །ཞེས་དང་། །གཤེན་རྗེ་གཤེད་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ཏོག་བདུན་ལས་གྱང་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །དམ་ཆིག་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་

སྤྱད་བར་གསང་སྤྲུགས་ལ་སྤྱོད་པ་ནི་ཕྱི་མངེས་ཀྱང་ནང་རུལ་བ་ཤིང་ཐོག་  
 ཀྱན་མན་དེ་དང་མཚུངས་པར་མན་དག་སྟེ་མར་གསུངས། སྟོབ་དཔོན་རྩོམ་  
 བོ་རྟེས་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་སྤྱད་བར་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་  
 ཆོགས་ལས་སྤྲོ་ཆོགས་བྱེད་པ་ནི་མངེ་ཅན་ནང་འབྱུང་ཁེངས་པ་ལ་ཕྱི་གོས་  
 དང་རྒྱན་གྱིས་བཀའ་བ་ལྟ་བུར་ཤིན་ཏུ་སྤྱད་པའི་གནས་སུ་གསུང་། དེ་ལྟར་  
 རྒྱད་དང་བྱུང་ཆེན་གྱི་གཞུང་མཐའ་དག་ནས་དམ་ཆིག་མི་སྤྱད་བ་ལ་རྣམ་  
 པ་ཀྱན་ནས་སྤྱད་ཅིང་། དམ་ཆིག་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྤྱད་བ་ལ་རྣམ་པ་ཀྱན་  
 ནས་བསྤྲུགས་པའི་ཚུལ་དེ་དག་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་ནས་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་  
 པ་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་བསྤྱད་དགོས་པ་ནི། སྟོམ་འབྱུང་ལས། ཅི་སྟེ་  
 དངོས་བྱུང་མཆོག་འདོད་ན། །སྟོག་ནི་ཡོངས་སུ་གཏོང་ཡང་སྟེ། །འཆི་བའི་  
 དུས་ལ་བབ་ཀྱང་སྟེ། །ཏྲག་ཏུ་དམ་ཆིག་བསྤྱད་བར་བྱ། །ཞེས་དམ་ཆིག་  
 དང་སྟོམ་པ་སྟོག་དང་བསྟོས་ཏེ་བསྤྱད་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་  
 སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་བྱས་ཏེ་བསྤྱད་བར་བྱའོ། །

དེ་ལ་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ངོ་མ་ཤེས་ན་བསྤྱད་རྒྱ་མཐོང་པས། རྒྱད་  
 དོན་ལ་མཁས་པའི་སྟེ་མ་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ནས་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་  
 ཆིག་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། འདིར་བསྐུས་དོན་ཅུ་ཞེས་ཞིག་བཀོད་  
 བ། དེ་ལ་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནི། རྟོ་རྩེ་འཆང་གིས་  
 སྤྲུགས་ཀྱི་སྟོར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་འདི་དང་འདི་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་བཅས་པ་དང་། འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་བྱར་མི་

རུང་ཞེས་བཅས་པ་ལས་འདས་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་བསྐྱང་ཞིང་སྤྱོད་བའི་  
 སྒྲོམ་པ་དང་། རྟོ་རྩེ་འཆང་གིས་རི་ལྟར་བཅས་པ་ལས་འདའ་བར་མི་བྱེད་  
 པ་ནི་དམ་ཆིག་ཡིན་པས། སྟོག་པས་བྱེ་བ་ཡིན་གྱིས་ངོ་མོ་ཐ་དད་པ་མིན་  
 བོ། །དམ་ཆིག་དེ་ལ་རིགས་ལྔ་སྤྱི་ཉི་དམ་ཆིག་དང་། །སོ་སོའི་དམ་ཆིག་  
 གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། །རིགས་ལྔ་སྤྱི་ཉི་དམ་ཆིག་ལ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་  
 ་ཀྱང་། །དོན་བསྐྱུ་ན་ཅ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆིག་གཉིས་སུ་བསྐྱུ་བའམ།  
 བཟའ་བའི་དམ་ཆིག་ བསྐྱང་བའི་དམ་ཆིག་ བསྟེན་པའི་དམ་ཆིག་གསུམ་དུ་  
 བསྐྱེ། །འདིར་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། བཟའ་བའི་དམ་ཆིག་  
 བོ། བཟའ་བའུང་ཤ་ལྔ་དང་བདུད་རྩི་ལྔ་མོས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ།  
 ལྷ་ལ་མཆོད་པ་དང་། རང་གི་ཡོངས་སྤྱོད་པ་དང་། །བས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་  
 རས་བཤའ་པ་ལྟར་བྱེད་པ་སོགས་སོ། །བསྐྱང་བའི་དམ་ཆིག་ནི་ཅ་ལྟར་བཅུ་  
 བཞི་དང་། སྒྲོམ་པོ་བརྒྱུད་སོགས་སྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་འདས་པའི་ཉེས་  
 པ་མཐའ་དག་བསྐྱང་ཞིང་སྤྱོད་བའོ། །དེ་ཡང་ཉེས་པ་རྣམས་སོ་སོར་ངོ་འཕྲོད་  
 པར་བྱས་ནས་ཐུན་རྒྱུ་ཏུ་རང་རྒྱུད་ལ་ཉེས་པ་དེ་དག་གིས་གོས་མ་གོས་  
 བརྟགས་ནས་སྒྲོམ་སེམས་བསྟེན་ཅིང་། །སྟག་པར་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་  
 གང་འབྱུང་ཉི་བ་རྣམས་ལ་བློ་ཤེས་བསྟེན། ལྟར་བས་མ་གོས་པར་བྱེད་ཚུལ་  
 བོ། ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་པ་ལས། དེ་བས་ང་རྒྱལ་དེས་བཅོམ་ནས། །བདག་  
 ཉིད་མ་འཁྲུལ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །མི་ཤེས་པ་དང་། །མ་  
 གུས་པ་དང་། བག་མེད་པ་དང་། །ཉོན་མོངས་མང་བ་སྟེ། ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་

སྒོ་བཞི་པོ་དེ་བཀག་ནས་བསྐྱང་བའོ། །བསྐྱེན་པའི་དམ་ཆིག་ནི་སྐྱགས་པའི་  
 ཉགས་དོ་ཐེ་དང་། རིལ་བྱ་དང་། བགྱང་ཐེང་དང་། ཅང་ཉེ་ཏུ་དང་། ལ་ལྷོ་ག་  
 དང་། ཀ་པ་ལ་དང་། དགང་གཟར་སྐྱགས་དང་། བུམ་པ་དང་། རྒྱན་བྱག་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱད་ནས་བཤད་པའི་དམ་ཆིག་གི་རྩ་སྐྱམས་འཆང་བའོ། །འདི་  
 ལ་ཐམས་ཅད་དངོས་སུ་འབྱུང་ན་རབ། །མ་མཐའ་དོར་རིལ་དང་བགྱང་ཐེང་  
 དེས་པར་དགོས་ཤིང་། དམ་ཆིག་གི་རྩ་སྐྱགས་ཀྱི་མོར་གྲིས་པ་ཅམ་  
 ཞིག་དེས་པར་འཆང་དགོས་པར་བདག་གི་སྒྲ་མ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་  
 འོ། །རིགས་ལྡན་སྤྱིའི་དམ་ཆིག་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཅ་བའི་དམ་ཆིག་ཅ་ལྟར་  
 བཅུ་བཞི་སྟོང་བའི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་གལ་ཆེ་སྟེ། ཅ་ལྟར་ནི་སྐྱགས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་  
 གཙོད་པའི་པམ་པ་ཡིན་པས་དེས་མ་གོས་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་  
 དེ་མ་ཐག་ནས་བསྐྱེམ་དགོས་པ་ནི། སྒྲ་མ་ལྡན་བཅུ་པ་ལས། དེ་ནས་སྐྱགས་  
 སོགས་བྱིན་པ་ཡིས། །དམ་ཆོས་སྟོད་དུ་བྱས་ནས་སུ། །ཅ་བའི་ལྟར་བ་བཅུ་  
 བཞི་ནི། །བསྐྱེད་དང་འཛིན་པ་ཉིད་དུ་བྱ། །ཞེས་དང་། །ཅ་ལྟར་བཅུ་བཞི་པ་  
 ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་བདག་ལ་པན་འདོད་ན། །སྐྱགས་པས་འབད་དེ་གཟུང་  
 བར་བྱ། །ཞེས་ཅ་ལྟར་གིས་མ་གོས་པ་ལ་འདོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་གོས་ནང་དེ་  
 མ་ཐག་བཤགས་ཏེ་སྐྱར་ཡང་སྒྲོམ་པ་གཟུང་དགོས་པར་གསུངས། ཅ་ལྟར་  
 དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་དང་པོ་སྒྲ་མ་སྟོད་པའི་ཅ་ལྟར་གིས་མ་གོས་པ་ལ་  
 ལྷག་པར་དུ་བསྐྱེམ་དགོས་ཏེ། དམ་ཆིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་སྒྲ་མའི་དམ་  
 ཆིག་འདི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་སྒྲ་མ་ཉིད་ཡིན་



པས་འདིའི་ཐད་དུ་རྟེན་འབྲེལ་མ་འབྲུགས་པ་ཞིག་སྐྱེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་  
ཀྱིས་བྱ་དགོས་ཏེ། རྫོང་ཆེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས། དམ་ཆོག་  
དང་སྒོམ་པ་སྒོག་དང་བསྒོས་ནས་བསྐྱུང་དགོས་པར་གསུང་པ་བཞིན་དུ་  
འབད་དགོས་ལ། བྱད་པར་དུ་རྩ་ལྷུང་གིས་གོས་ན་རྒྱུད་ལྷུང་བོས་ནས་ཡོན་  
ཏན་ཤིན་ཏུ་སྐྱེ་དགའ་བར་གསུངས་པས་དེས་མ་གོས་པ་ལ་འབད་པ་དྲག་པོ་  
བྱ་ཞིང་། ལྷུང་བ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མ་གོས་པ་ལ་འབད་ལ། ལྷུང་ན་ཡང་སྤར་  
ཆོས་བཞིན་དུ་བཤུགས་སྒོམ་གྱིས་བྱིར་བཅོས་པ་བྱའོ། །ཞེས་དང་། རྒྱུད་  
དང་དགོངས་འབྲེལ་རྣམས་གྱིས་ལྷ་མ་དངོས་བྱུང་གི་རྩ་བར་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་པ་སྤྲ་མ་རྣམས་གྱིས་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་  
སྒོམ་པ་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་གལ་ཆེ་བར་བཞེད་པ་ཡང་རྩ་ལྷུང་དང་པོའི་སྒྲོར་  
རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལྷ་མ་ལྷ་བཅུ་པའི་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བའི་ནང་དུ་འདུ་ཞིང་།  
དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་གྱི་ནང་ན་གལ་ཆེ་ཤོས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གང་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རིགས་ལྷ་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་ལ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་  
མཐའ་ཡས་ཀྱང་སྒོམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་ལ་བཅུ་དགུ་ཡོད་པ་སྤར་སྒོམ་གཟུང་  
གི་སྐབས་སུ་བཤུད་ཅིན་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་རིགས་ལྷ་སྐྱེ་དང་སོ་སོའི་དམ་  
ཆོག་སྐྱོང་ཚུལ་དེ་དག་ཀྱང་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་གདམས་ངག་འདིར་གཙོ་བོ་  
གལ་ཆེ་བ་རྣམས་ཆང་སྟེ། ཐོག་མར་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ནི་  
སྐབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱར་སྐབས་འགོ་དུས་དྲག་ཏུ་བྱ་བ་དང་། རྣམ་སྤང་གི་  
དམ་ཆོག་སྐབས་གསུམ་འཛིན་པ་དང་། སྒོན་སེམས་གྱི་བསྐྱབ་བྱར་སེམས་



བསྐྱེད་དུས་དྲུག་ཏུ་བཟུང་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། རིགས་ལྔའི་སྒོམ་གཟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་གཟུང་བར་ཁས་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཆིག་སྐྱོང་ཚུལ་ལོ། །དེ་ནས་ཆད་མེད་བཞི་སྒོམ་པའི་བཏང་སྒོམས་དང་བྱམས་པ་ནི་རིན་འབྱུང་གི་དམ་ཆིག་ཏུ་སྦྱིན་པ་བཞི་གསུངས་པའི་ནང་ནས་མི་འཇིགས་པ་དང་བྱམས་པའི་སྦྱིན་པ་འདིས་འབྱུང་ཅིང་། ཟང་ཟིང་དང་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་གཉིས་ནི་སྦྱིན་དྲུག་གི་སྦྱིན་པའི་སྐབས་སུ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ནས་རང་འདོད་ལྟ་ཡང་ཡུམ་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་དོར་བྲིལ་གཟུང་བ་ནི་མི་བསྐྱོད་པའི་དམ་ཆིག་དོ་རྗེ་དང་བྲིལ་བྱ་དང་བྱག་རྒྱའི་དམ་ཆིག་གསུམ་སྐྱོང་ཚུལ་ལོ། །དེ་ནས་སླ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་དུ་སྒོམ་པ་ནི་མི་བསྐྱོད་པའི་དམ་ཆིག་ཏུ་སློབ་དཔོན་གཟུང་བ་དང་། སླ་མ་ལྟ་བུ་པའི་དམ་ཆིག་གི་གཙུག་པོ་རྣམས་སྐྱོང་བའི་ཚུལ་ལོ། །དེ་ནས་སླ་མ་ལྟ་ཆོགས་ལ་སྒོམ་གསུམ་གྱིས་བྱག་འཆལ་བ་དང་། མཆོད་པ་འབྱུལ་བ་ནི་སྐབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱར་ཉིན་རེར་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་དང་། སྒོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་བྱག་མཆོད་སོགས་ཆོགས་གསོག་པ་དང་། རིགས་ལྔའི་དོན་གྱུབ་ཀྱི་དམ་ཆིག་ཏུ་མཆོད་པ་བྱ་བའི་དམ་ཆིག་རྣམས་སྐྱོང་ཚུལ་ལོ། །དེ་ནས་སྒོམ་གཟུང་བྱ་བས་ནི་རིགས་ལྔའི་དམ་ཆིག་ལ་བསྟོ་བགྱང་བྱ་བ་འབྱུང་བོ། །དེ་ནས་སྒོམ་གསུམ་སོ་སོའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྟོ་བགྱང་བྱ་བས་ནི་དོན་གྱུབ་ཀྱི་དམ་ཆིག་དང་། བྱར་སེམས་ཀྱི་སྒོམ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ལྷག་པར་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆིག་ལ་བསྟོ་བགྱང་བྱ་བ་འབྱུང་བ། །ལྷུང་བཤགས་འདོན་པས་ནི། སྐྱོད་འཇུག་ལས། ཉིན་དང་མཆོན་མོ་ལན་གསུམ་

དུ། །ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་གདོན་བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྟེན་  
 པས། །ཕྱང་བའི་ལྷག་མ་དེ་ནི་བྱ། །ཞེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་གསུངས་  
 པ་དེ་འབྲུག་པོ། །སྒྲུ་མ་ལྷ་ཆོགས་ལ་མཆུལ་འབྲུལ་བ་ནི། །སྒྲུ་མ་ལྷ་བཅུ་པ་  
 ལས། དཀྱིལ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཅས་ཐལ་མོས། །སྟོན་པ་སྒྲུ་མ་བསྟེན་བཀྱར་  
 ཞིང་། །ཞེས་སྒྲུ་མ་དང་ཡི་དམ་ཀྱི་ལྷ་ལ་མཆུལ་འབྲུལ་བར་གསུངས་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱའོ། །ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་ངེན་དྲན་པའི་སྟོན་སྒྲུ་མ་གསོལ་བ་འདེབས་  
 པ་ནི། རྒྱུད་དང་སྒྲུ་མ་ལྷ་བཅུ་པ་ནས་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་དགོས་པར་  
 མང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་པའོ། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 བར་བསྐྱལ་བ་དང་། རྒྱུད་སྟེ་བཞིའི་ལྷ་ཆོགས་སྟོམ་པ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་  
 དང་རྒྱུད་སྟེ་བཞིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་སྟོབ་སྟོང་བ་ནི། འོད་  
 དཔག་མེད་ཀྱི་དམ་ཆིག་སྟོང་ཚུལ་ལོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་སྟོབ་  
 པས་ནི། །བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་བསྐྱུང་བ་དང་། རྣམ་སྤང་གི་དམ་ཆིག་ཚུལ་  
 ཁྲིམས་གསུམ་ལ་སྟོབ་པ་འབྲུག་པོ། །གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོམ་པས་  
 བྱི་གཙོ་བོར་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་དང་། ཅ་ལྷུང་བཅུ་གཅིག་པའི་ཉེས་པས་མ་  
 གོས་པར་བྱེད་པ་སོགས་སྒྲུགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་མང་པོ་འབྲུག་པོ། །དམ་ཆིག་  
 སྟོང་ཚུལ་གཙོ་བོ་ནི། མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་བ་  
 དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ཉིད་དུ་བསྐྱས་ནས་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་བསྐྱུང་  
 བའི་ཞེ་དམ་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་དུ་མཐར་ཕྱིན་པར་གསོལ་འདེབས་བྱེད་  
 པའོ། །

དེ་ལྟར་གདམས་ངག་འདི་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་གནད་རྒྱད་དང་  
 གྲུབ་ཆེན་ཀྱི་གཞུང་ལས་རྒྱ་ཆེར་བསྒྲགས་པའི་གཙུག་པོ་དག་ཆང་བའི་  
 ཚུལ་དེ་དག་ལ་རྒྱད་དོན་ལ་འདྲིས་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུང་ན་ཤིན་  
 ཏུ་ངོ་མཆར་བ་དང་ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་འཕྲོག་པའི་དད་པ་ཆེན་པོ་  
 གྱེའོ། །གོང་དུ་སྒྲོས་པ་དེ་དག་ནི་སྒྲགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་ཐུན་བྲལ་དུ་སྒྲིང་  
 དགོས་པའི་གཙུག་པོ་འགའ་ཞིག་སྒྲོས་པ་ཡིན་ལ། རིགས་ལྡན་སྤྱི་དང་སོ་སོའི་  
 དམ་ཆིག་རྒྱད་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ལག་ལེན་དུ་སྒྲིང་ཚུལ་འདི་དག་ནི། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་སྒྲོན་མེད་པའི་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་  
 བྱེ་བ་བོད་ལ་གསེར་ཆོས་སུ་གྲགས་པ་དག་གིས་བསྐྱུན་དུ་མེད་པ་བཀའ་  
 རྒྱུད་འདིའི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་མན་ངག་ཡིན་ལ། ལྷ་མ་མཆོད་པའི་གདམས་  
 ངག་འདིའི་དབྱུ་ཞབས་ཀྱན་ཀྱིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་དང་། སྒྲགས་  
 ཀྱི་དམ་ཆིག་མི་སྟོན་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་གནད་རྣམས་ཆང་བར་སྟོན་པས་  
 ན་རེ་རེ་ནས་ངོ་སྤྲད་དེ་དམ་ཆིག་སྤང་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་ན་གདམས་  
 ངག་འདིའི་སྒྲོན་སྒྲགས་ལམ་ལ་བགྲོད་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཆེས་བྲུད་པར་  
 ཏུ་འཕགས་པ་ཞིག་འོང་ནའང་། འདིར་ཡི་གེ་མང་བས་འཛིགས་ནས་བྲི་མ་  
 རུས་པས་སྒྲོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གདམས་ངག་འདི་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་གསུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱད་དང་གྲུབ་ཆེན་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་དང་  
 སྦྱར་ཏེ། མོས་སྒྲོ་ཙམ་མིན་པར་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བྱངས་པའི་ངེས་པ་  
 གཏིང་ཚུགས་པ་ཞིག་རྟེན་པར་བྱའོ། །མདོར་ན་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་  
པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་དོ་རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ། དབང་དུས་སུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་དམ་ཆོག་དང་  
སྟོམ་པ་རྣམས་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་  
ཀུས་པར་སྒྲུབ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟོན་དུ།

དེ་ནས་དོ་རྗེ་འཇིན་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། །

བྱིན་ལས་རྒྱུད་སྡེ་རྒྱ་མཆོའི་འཇིང་བཀལ་ཏེ། །

དངོས་བྱུང་ཅ་བ་དམ་ཆོག་སྟོམ་པ་རྣམས། །

སྟོག་ལས་གཅེས་པར་འཇིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྟོབས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་ཐོག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
ཀྱི་སྦྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།།

གསུམ་པ་ལམ་རིམ་གཉིས་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ།

༥ རིམ་གཉིས་སྟོམ་ཚུལ་དངོས། བསྟོམས་ཀྱང་བཅན་ས་མ་བེན་ན་

འཕོ་བ་བྱ་བའི་ཚུལ།     ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་  
སྒྲོན་ཅིང་རྒྱད་ཁྱེན་གྱིས་སྒྲོ་བ་ཕྱིར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་རིམ་གཉིས་སྒྲོམ་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས།

བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་དང་། རྫོགས་རིམ་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་ནི།

སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུམ་དུ།     །བསྐྱར་བའི་རིམ་པ་དང་པོའི་  
རྣལ་འབྱོར་གྱིས།     །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ།     དེ་ལ་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་  
ཐོབ་ཅིང་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་གནས་པ་དེས་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་པ་ལ་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲོ་བ་དགོས་ཤིང་།  
གང་རུང་གཅིག་མ་ཆང་ནའང་མཆོག་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ལ།     དེ་ཡང་བསྐྱེད་  
རིམ་ལ་སྒྲོ་བ་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱས་ཏེ།     །དེ་ནས་རྫོགས་རིམ་བསྒྲོམ་དགོས་  
ཀྱི།     བསྐྱེད་རིམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བར་རྫོགས་རིམ་སྒྲོམ་སྒྲོ་བྱས་ཀྱང་རྟོགས་  
པ་རྗེས་མཐུན་ཕྱ་མོ་འདྲ་སྐྱེ་བ་སྲིད་ཀྱི།     རྫོགས་རིམ་གྱི་རྟོགས་པ་ཡོངས་  
རྫོགས་སྐྱེ་བ་མི་སྲིད་དོ།     །དེ་ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་ལམ་དུས་ཀྱི་སྐྱ་  
གསུམ་ཡིན་ལ།     ལམ་དུས་ཀྱི་སྐྱ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐྱ་གསུམ་



ལམ་འབྱེར་སྟོན་དུ་མ་སོང་བར་འབྲུག་ཐབས་མེད་དོ། །བཤའ་རྒྱུད་དོན་རྗེ་  
 བློང་བར་བསྐྱེད་རིམ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་རྫོགས་རིམ་བསྐྱོམ་དགོས་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟར། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་རིམ་ལྟར། བསྐྱེད་པའི་རིམ་ལ་ལེགས་  
 གནས་ཤིང་། །རྫོགས་པའི་རིམ་པ་འདོད་རྣམས་ལ། །ཐབས་འདི་རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །སྐྱས་ཀྱི་རིམ་པ་ལྟ་བུར་གསུངས། །ཞེས་སྐྱས་ལ་  
 འདྲེག་པའི་ཆེ་སྐྱས་ཀྱི་གདང་བྱ་འོག་མ་ནས་ཡར་རིམ་ཀྱིས་འདྲེག་དགོས་  
 པ་ལྟར། །ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལའང་གོ་རིམས་དེ་ལྟར་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བར་གསུངས། །འཕགས་པ་ལྟའི་སྟོན་བསྐྱས་སུ་ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཐེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུ་ལ་ནས་ཞི་ལྷག་གི་བར་ལམ་ཐུན་  
 མོང་བ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་ནས་བློ་བཞིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱེད་  
 རིམ་རགས་པ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་ནས་རྟག་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
 བྱ་བ་བསྐྱེད་རིམ་སྤྱོད་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་ནས་ལུས་དབེན་ལ་  
 བསྐྱབ་པ་ནས་མཐར་ཐུང་འཇུག་གི་བར་ལམ་རིམ་ཀྱིས་བཟོད་དགོས་ཚུ་ལ་  
 དང་། །ལམ་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་སྟོན་དུ་མ་སོང་བར་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་རྣམས་བཟོད་ཐབས་  
 མེད་པར་ལུང་རིགས་ཀྱི་ལམ་ནས་བླངས་ཏེ་རྒྱས་པར་གསུངས། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱབ་ཐབས་མཛོར་བྱས་སུ་ཡང་རིམ་ཀྱིས་སྟོབ་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་  
 བསྐྱེད་རིམ་ལ་ལས་དང་པོ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེས་ན་གདམས་ངག་འདིར་བསྐྱེད་རིམ་ལ་རིམ་པ་དང་པོ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་དང་པོའི་ཆོག་གི་རུས་པ་ལ་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་ན་ལམ་ཀྱི་གོ་རིམ་

ལ་ངེས་པ་ཆེན་པོ་སྟེར་རོ། །ལམ་གྱི་གྲངས་དང་གོ་རིམ་འདི་དག་ནི་འབྲུལ་  
 ས་ཆེ་ཞིང་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དགའ་བའི་གནས་ཡིན་པས། རྫོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་  
 ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 རིམ་པ་གཉིས་ལས་ཐོག་མར་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ལྟ་  
 གཅིག་གི་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་ཙམ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་བེར་བ་མིན་གྱི། སྐྱར་གཞི་ལ་  
 སྟོད་བཅུད་རིམ་སྐྱེ་ཞིང་འདིག་པའི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་ཉེན་དང་བཉེན་  
 པ་བཅས་པའི་ལྟའི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྐྱེད་ཚུལ་ཤེས་དགོས་  
 ལ། དེ་ལའང་ཐོག་མར་སྟོད་བཅུད་གཞིག་ཅིང་སྟོངས་པའི་རིམ་པ་དང་  
 མཐུན་པར་སྐྱར་རིམ་གྱི་སྟོ་ནས་སྟོང་ཉིད་སྟོམ་པ་འཆི་བ་ཆོས་སྐྱར་འབྲེར་  
 བའི་ལམ་འབྲེར་དང་། དེ་ནས་བར་དོ་ཡོངས་སྐྱར་འབྲེར་བའི་ལམ་འབྲེར་  
 དང་། སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱར་འབྲེར་བའི་ལམ་འབྲེར་རྣམས་རྒྱད་ཐོག་ཏུ་འབྲེས་ངེས་  
 བསྐྱོམས་ལ། སྟོད་བཅུད་ཆགས་པའི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་ཉེན་དང་བཉེན་  
 པའི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱེད་དེ་དབང་བསྐྱར་རྒྱས་གདབ། མཆོད་  
 བསྟོད་བརླས་པ་དང་བཅས་པ་ཆང་བར་དགོས་སོ། །འདི་ལའང་རྒྱས་བསྐྱུས་  
 གཉིས་ལས་རྒྱས་པ་ནི་འདུས་པའི་ལེ་ཏུ་བཅུ་གཉིས་པ་ལས་བསྟེན་སྐྱབ་  
 ཡན་ལག་བཞིའི་སྟོ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱས་པ་སྟོམ་ཚུལ་གསུངས་པ་དང་།  
 བསྐྱུས་པ་ནི་ལེ་ཏུ་དེ་ཉིད་ལས། ཡང་ན་རྫོ་རྩེ་བཞི་དག་གིས། །བརྟུལ་ཁྱུགས་  
 བཉེན་པས་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་རྫོ་རྩེ་བཞི་བསྐྱེད་གྱི་སྟོ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་  
 བསྐྱུས་པ་ཞིག་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་ནི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱིས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་  
 རྫོབ་ཅིང་། །ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ལྷག་པའི་ལྷས་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་སོགས་པན་  
 ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་པས་ཅུང་ཟད་ཅིག་སྤར་སྟོན་འགྲོའི་སྐབས་  
 སུ་བཤད་ཟིན་ཅིང་། གཞན་ཡང་སྒྲུབ་པ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཐ་མི་དད་  
 དུ་བྱས་པ་ལ་སྤྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཆད་མེད་པ་ལུལ་  
 བས་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་ཐབ་མོ་སྤྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་བའི་ཆོགས་རྒྱབས་  
 ཆེན་རྫོགས་པ་དང་། སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་དེ་དག་གི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་  
 འབྲས་བུས་སྐྱབ་པ་པོ་རང་ཉིད་ལ་མ་འོངས་པ་ན་རྫོགས་རིམ་ལ་སློབ་པའི་  
 ཆེ་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་རྣམས་སྟོན་གྱིས་བྱབ་པ་ཞིག་འབྱུང་བ་  
 དང་། གཙོ་བོར་ནི་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྱི་འཆི་བར་དོ་གསུམ་དངོས་  
 གནས་ལ་སྤྱི་གསུམ་དུ་བསྐྱར་བའི་ལམ་དུས་ཀྱི་སྤྱི་གསུམ་འབྱུང་དགོས་  
 ལ། དེ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྱི་འཆི་བར་དོ་གསུམ་ཡིད་དོར་སྤྱི་  
 གསུམ་དུ་བསྐྱར་བའི་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྤྱི་གསུམ་ལམ་ལ་ཁྱེར་མཐར་བྱིན་  
 པ་དགོས་ཤིང་། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྱི་གསུམ་གྱི་ཉིད་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་རྟེན་  
 འབྲེལ་རྣམས་ཆད་བར་བསྐྱིགས་ཏེ་ཡིད་དོར་སྤྱི་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྤྱི་བ་  
 ཐོན་ངེས་སུ་བྱས་པས་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྤྱི་གསུམ་སྤྱར་དུ་འབྱུང་ལ། བསྐྱེད་  
 རིམ་གྱི་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་འདོད་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་ར་རྒྱལ་  
 དང་གསལ་སྤང་བརྟན་པོའི་སྟོན་ནས་གསང་མཆོད་སོགས་ལ་སྤྱི་བས་ཏེ་བདེ་  
 སྟོང་གི་མོས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་པས་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལྷས་སྤྱི་སྤྱི་བར་

ཅན་སྐྱར་དུ་འདྲེན་ནུས་པ་དང་། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཐ་མལ་གྱི་སྒྲིང་  
 ཞེན་བཀག་སྟེ་དག་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 ལ་ང་རྒྱལ་དང་གསལ་སྒྲིང་བརྟེན་པོ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱས་ནས་རྫོགས་རིམ་  
 གྱི་སྐྱབས་སུ་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་སྟེ། མཐར་ཐུང་འཇུག་གི་སྐྱར་འཆང་རྒྱ་  
 བའི་ཆེ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་འཁོར་ལོ་ཡོངས་རྫོགས་སུ་ལངས་ཏེ་འཆང་རྒྱ་  
 བར་གསུངས་སོ། །འདི་དག་ཀྱང་གདམས་ངག་འདིའི་གསུང་གི་ནུས་པ་  
 དང་བསྐྱར་ཏེ་གོ་བ་བསྐྱེད་ལུགས་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། ལམ་རིམ་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་གྲངས་ངེས་གོ་རིམས་སོགས་ཞིབ་པར་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་དངོས་  
 སུ་བྱོན་ཀྱང་དེ་པན་ཆད་དུ་གསུང་དུ་མེད་པ་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་  
 སྐྱགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །མདོར་ན་མ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྐྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱེ་ཤི་བར་དོ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་སྐྱ་གསུམ་  
 དུ་སྐྱར་བར་བྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འབད་པས། རྒྱལ་བ་  
 སྐྱས་བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པ་དང་། སྐྱགས་ལམ་ཐབ་མོ་རྒྱུད་  
 ལ་སྐྱེ་བའི་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་རྒྱུན་མཐའ་དག་ཞི་བར་འབྱུར་བ་དང་། རྫོགས་  
 རིམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་དགོ་ཅ་སྟོན་པ་དང་། ལྟོད་ཐམས་  
 ཅད་གཞལ་ཡས་ཁང་དང་། བཅུད་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་རྣམ་ཐོལ་འབའ་  
 ཞིག་ཏུ་ཤར་ནས་ཐ་མལ་གྱི་སྒྲིང་ཞེན་འགོག་ནུས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

སྒྲེ་ཞི་བར་དོ་རྒྱལ་བའི་སྒྲུབ་གསུམ་དུ། །

བསྒྲུབ་བའི་རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །

ཐ་མལ་སྒྲུབ་ཞེན་བྱི་མ་ཀུན་སྒྲུབས་ཏེ། །

གང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །

ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་དུག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོག་གས་རྣམས་  
གྱི་སྒྲུབ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྒྲུབས། དེ་དང་དེའི་ཆོག་གས་པ་བྱུང་བར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་པར་བསམ་མོ།

གཉིས་པ་རྫོགས་རིམ་ལ་སྒྲོལ་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲིང་གའི་འདབ་བརྒྱུད་རྒྱ་ཁྲིའི་དབུས་དག་ཏུ། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་རྫོགས་རིམ་ལ་དོན་ཆེན་ཏུ་བསྐྱུ་ལུགས་སྒྲུབ་ཆོག་གས་རྒྱུད་  
སྒྲེ་སོ་སོར་མཛད་ཅིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་དོན་  
ཆེན་མང་ཉུང་སྒྲུབ་ཆོག་གས་མཛད་དེ། རིམ་པ་ལྡར་བསྐྱུ་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་  
བཞིར་བསྐྱུ་བ་དང་། དགའ་བ་བཞིར་བསྐྱུ་བ་དང་། སྒྲོར་བ་ཡན་ལག་དུག་  
ཏུ་བསྐྱུ་བ་སོགས་དོན་ཆེན་མང་ཉུང་སྒྲུབ་ཆོག་གས་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་གྱི་



གནད་ཀྱི་དོན་འདྲ་ཞིང་། གདམས་ངག་འདིར་ནི་འདུས་པ་འཕགས་ལྷགས་  
 ཀྱི་རིམ་ལྔ་སྟོན་པར་མཛད་དེ། དེའི་རིམ་ལྔ་ནི་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་ལེ་ཅུ་བྱ་  
 པ་ལས། ལྷགས་ལ་དམིགས་པའི་ལུས་དང་ནི། །ངག་དང་ཡིད་ཀྱིས་བསྐྱེལ་  
 རས་སུ། །ཡིད་ནི་དགའ་ཞིང་མགུ་བ་ཡིས། །དངོས་གྲུབ་རབ་མཆོག་བསྐྱེལ་  
 པར་བྱ། །ཞེས་ཇོགས་རིམ་གྱི་ལམ་རིམ་པ་ལྔར་གསུངས། རྟོ་རྟེན་ཆེན་པོ་  
 ནི་ཤིན་ཏུ་དབྱེ་དཀའ་བས་ཐ་མལ་པ་ངག་གིས་སྟོགས་ཅམ་ཡང་མཆོན་པར་  
 མི་རྒྱས་པ་ལ། རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་རྒྱུ་དོ་རྟེན་གྱི་ལམ་རིམ་  
 པ་ལྔའི་དོས་འཛིན་སོགས་ཞིབ་ཏུ་སྟོན་པར་མཛད་དེ། བཤད་རྒྱུ་དེའི་རྟེན་  
 སུ་འབྲངས་ནས་མགོན་པོ་སྐྱེས་ཀྱིས་ཇོགས་རིམ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་  
 གསལ་བར་སྟོན་པའི་རིམ་ལྔའི་གཞུང་མཛད་དེ། འདུས་པ་འཕགས་ལྷགས་  
 ཀྱི་རིམ་ལྔ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་སོ། །དེའི་རིམ་པ་ལྔ་ནི། རྟོ་རྟེན་བསྐྱེལ་པའི་  
 རིམ་པ། སེམས་དམིགས་ཀྱི་རིམ་པ། བདག་གིན་བརྒྱབ་ཀྱི་རིམ་པ། མདོན་  
 པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རིམ་པ། ཟུང་འཇུག་གི་རིམ་པ་རྣམས་སོ། །རིམ་པ་ལྔ་པོ་  
 དེ་དག་གདམས་ངག་འདིར་ཆང་བར་བསྟན་ཏེ། རྟོ་རྟེན་བསྐྱེལ་པའི་རིམ་པ་ནི་  
 ངག་དབེན་གྱི་རིམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྟོག་ཅོལ་གྱི་མིང་གི་སྟོགས་གཅིག་  
 གིས་བཏགས་པར་གསུངས་ཤིང་། ངག་དབེན་སྟོག་ཅོལ་གྱི་རིམ་པ་ནི། སྙིང་  
 གའི་འདབ་བརྒྱུད་རྩི་ཉིད་དབུས་དག་ཏུ། །མགོན་ཁྱོད་ཞབས་སེན་བཀོད་  
 པ་ལས་བྱུང་བ། །ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། ངག་དབེན་སྟོག་ཅོལ་གྱི་རིམ་པ་ནི་  
 སྙིང་གར་གནད་ཏུ་བསྐྱེལ་ནས་ཇོགས་རིམ་གྱི་ལམ་སྐྱེལ་ཚུལ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་

སྟོང་གའི་གནད་དང་། དེར་དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་གནད་ནམས་གདམས་ངག་  
འདིའི་ཆིག་འདི་དག་གིས་གསལ་བར་བསྟན་ཏོ། །འོད་གསལ་སྐྱུ་ལུས་བྱང་  
དུ་འཇུག་པའི་ལམ། ཞེས་པས་རིམ་པ་བྱི་མ་བཞི་བསྟན་ཏེ། འོད་གསལ་དེ་ལ་  
དཔེའི་འོད་གསལ་དང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སེམས་དབེན་  
དཔེའི་འོད་གསལ་སྐྱེད་ཚུལ་ནི་སེམས་དམིགས་གྱི་རིམ་པ་དང་། སྐྱུ་ལུས་  
ནི་བདག་གིན་བསྐྱབ་དང་། དོན་གྱི་འོད་གསལ་ནི་མངོན་པར་བྱང་ཚུབ་པའི་  
རིམ་པ་དང་། བྱང་འཇུག་སྟེ། རིམ་པ་ལྷ་གསལ་བར་བསྟན་ཏོ། །འཕགས་  
པ་ལྟའི་སྟོང་བསྐྱས་སྟོན་མེར་ལུས་དབེན་གྱི་རིམ་པ་བྱང་དུ་མཛད་དེ། དེ་  
ནི་ངག་དབེན་སྟོན་ཚུལ་གྱི་ཏྲོགས་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་བྱིར་དུ་སྟོན་ལ་འོག་སྟོར་  
གནད་དུ་བསྐྱེད་ནས་ལུས་དབེན་བསྟོམ། དེ་ནས་སྟོང་གར་གཞིལ་བར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གདམས་ངག་འདིའི་སྒྲུ་མ་གོང་མ་འགའ་ཞིག་སྟོང་བསྐྱས་  
གྱི་དགོངས་པ་ལྟར། སྟོན་ལ་འོག་སྟོའི་ཕྱ་མོ་བསྟོམས་ནས་ལུས་དབེན་ལ་  
བསྐྱབ། དེ་ནས་སྟོང་གར་སྒྲགས་ཐིག་བསྟོམ་པ་ལ་འཇུག་གསུང་། དེ་ནས་  
འཕགས་ལུགས་གྱི་རིམ་པ་སྐྱེ་དང་མཐུན་ཞིང་། བསྐྱེད་རིམ་ཕྱ་མོའི་སྟོང་  
ནས་ཇོགས་རིམ་ལ་འཇུག་ཚུལ་འབྲེལ་ཆེ་བ་དང་སྐྱེ་སྐྱེ་བ་སོགས་དེ་ལྟར་  
བྱེད་པའང་ལེགས་མོད་ཀྱང་། གདམས་ངག་འདིའི་གསུང་གི་ཆིག་བེན་ལ་  
སྟོན་ལ་འོག་སྟོར་དམིགས་པ་གཏོད་པ་མ་གསུངས་ཞིང་། གསུང་བེན་ལྟར་  
ཐོག་མ་ནས་སྟོང་གར་གནད་དུ་བསྐྱེད་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་དེ། རྒྱལ་བ་དབེན་  
ས་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདིའི་སྟོན་ལ་ཇོགས་རིམ་སྟོམ་པའི་

ཆེ་ཐོག་མར་སྟེང་གར་གནད་དུ་བསྐྱུན་ཚུལ་འདི་ཉིད་གསུང་། འདུས་པ་ཡེ་  
ཤེས་ཞབས་ལུགས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་དུ་འང་ཐོག་མ་ནས་སྟེང་གར་གནད་དུ་  
བསྐྱུན་པར་གསུངས། གྲུབ་ཆེན་བློ་བྱ་བས་ཀྱང་བདེ་མཆོག་རིམ་ལྡེའི་  
རྫོགས་རིམ་དུ་ཐོག་མ་ནས་སྟེང་གར་གནད་དུ་བསྐྱུན་པར་གསུངས་ཤིང་།  
མན་ངག་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པ་བརྟེས་པའང་སའི་རྩལ་ལྟར་མཐའ་  
ཡས་པ་བྱོན་ནོ། །

དེས་ན་རྒྱ་དང་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་མན་ངག་རྣམས་ལས་ལྷན་ལ་གནད་དུ་  
 བསྐྱོན་པའི་སྒོ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་འབྱུང་ཡང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་དགོངས་  
 པའི་གནད་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་སྒོ་སྤྱོད་རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་བསྐྱུས་པ་ལས་བདེ་  
 ལྡོང་ལྡན་ཅིག་སྤྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་བཞོན་པ་  
 དང་བཅས་པ་ལས་འོད་གསལ་དང་རྒྱ་ལྷན་ལྷན་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱ་བསྐྱུས་པ་  
 རྟེ། དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་གནད་མཐར་ཐུག་འདིར་འབབ་པས། ཚུལ་དེ་ཤེས་ན་  
 རྒྱ་དང་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་གདམས་པར་ཤར་ཏེ་རྒྱ་དོན་ལ་མི་  
 འཇིགས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་འོང་གསུངས་ཏེ། རྟེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས། ལྷན་  
 གྱི་ཅ་འཁོར་གྱི་དབྱུས་སམ་རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་མར་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་ལྷན་གྱི་གནད་  
 ཆེ་ས་རྣམས་སྤྱི་ཡེ་གོ་དང་ཐིག་ལེ་སོགས་ལ་དམིགས་པ་གཏད་ནས་སྒོ་མ་  
 པའི་སྒོ་མ་ལྷགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཤེས་ནས་བསྒོ་མས་པས། དེ་  
 དག་ཏུ་སེམས་བེན་ན་རྒྱ་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་གནད་གྱིས་དངོས་  
 སྤྱི་རྒྱ་སྒོ་མ་པ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་ཆུང་པའི་ཐབས་སྤྱི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་

མཆོན་ལེགས་པར་ཤེས་ན་ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་གྱི་གཞུང་མང་པོ་  
 ཞིག་གི་གནད་ཤེས་ནས་དེ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་ཉིད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
 གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་དོ་ཚཱེ་འུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་སྒོ་  
 མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས། དོ་ཚཱེ་འཆང་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
 གྱིས་གདམས་རག་འདིར་སྙིང་གར་གནད་དུ་བསྐྱུན་པར་གསུངས་པ་ནི་དོ་  
 ཚཱེ་འུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་ཅི་སྙེད་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གནད་མཐར་ཐུག་གང་ཡིན་པ་དེ་སྟོན་པར་མཛོད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ཚོགས་རིམ་གྱི་ལམ་རྣམས་ནི་གཞི་ལ་ཅི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཐབས་  
 མཁས་ཀྱིས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་ཏེ་སྐྱུར་དུ་མཆོག་འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
 གཞི་དུས་སྐྱ་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ཆགས་པའང་ཐོག་མར་སྙིང་གར་ཆགས་  
 ཞིང་། དེ་ནས་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བ་དང་། མཐར་  
 འཆི་བའི་ཆེ་ནའང་རྒྱང་དང་རྣམ་ཤེས་སྙིང་གར་བསྐྱུས་ནས་འཆི་ཞིང་། འཆི་  
 བའི་འོད་གསལ་དེ་ལས་བར་དོའི་ལུས་འགྲུབ། བར་དོ་བ་དེས་ལུས་རགས་  
 པའི་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་བྱེད་ལ། གཞི་ལ་ཅི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལམ་དུས་  
 སྐྱུང་ཚོགས་རིམ་གྱི་དམིགས་པའི་སྒོ་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྙིང་གར་གཞི་ལ་དགོས་ཞིང་། རྒྱང་སེམས་སྙིང་གར་བསྐྱུས་པ་ལས་  
 འོད་གསལ་འཆར། དེ་ལས་སྐྱ་མའི་སྐྱ་དང་། སྐྱ་དེས་ལུས་རགས་པ་འཛིན་  
 པར་བྱེད་ཅིང་། གཞིའི་སྐྱ་གསུམ་ལམ་དུས་ཀྱི་སྐྱ་གསུམ་དུ་བསྐྱུར་ཏེ། སྐྱ་  
 གསུམ་རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་དོ་སྤྲད་ནས་སྟེགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐུང་གཅིག་ལ་



མཆོག་འབྲུག་པར་བྱེད་ཚུལ་འདི་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྤྱ་སྤྱབ་ཀྱིས་རྒྱུད་  
 སྒྲེའི་དགོངས་པ་བཀའ་བའི་མན་ངག་གི་མཐར་ཐུག་དང་། རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་བཅུད་ལྷུང་བའི་གདམས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རིམ་  
 ལུ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དེ་ལྟར་ན་འཕགས་ལུགས་ཀྱིས་ལུས་ལ་གནད་  
 དུ་བསྐྱུན་བའི་གནས་དམ་པ་ནི་སྙིང་གའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབྱས་སུ་ཡིན་པས་  
 འདི་གནད་ཀྱི་དོན་དུ་བྱངས་ཤིག །གཞི་དུས་ཀྱི་སྤྱེ་ཤི་བར་དོ་གསུམ་གྱི་སྤང་  
 བས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་འདི་འཆི་བ་ཆོས་སྤྱ། བར་དོ་ལོངས་སྤྱ།  
 སྤྱེ་བ་སྤྱལ་བའི་སྤྱར་བསྤྱར་བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་འདི་དང་། དེའི་  
 ཐབས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རང་ལ་རང་ཆས་སུ་གནས་པའི་རྒྱུད་འབྲུང་འབྲུག་  
 ཉིད་ལ་མན་ངག་དོ་སྤྱད་པས་ཆོག་པའི་སྟོག་ཚུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་འདི་འདྲ་བ་ནི་  
 དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་སྤྱ་སྤྱབ་ཞབས་ཀྱི་སྤྱ་གསུམ་དོ་སྤྱོད་ཀྱི་མན་ངག་ཡིན་  
 ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་གདམས་ངག་འདིར་སྙིང་གར་གནད་དུ་  
 བསྐྱུན་ཚུལ་ནི། །རང་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་དོ་རྩེ་འཆང་ཡབ་ཡུམ་དུ་  
 གསལ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ལུས་ཀྱི་དབྱས་བྱང་པོར་སྟོག་ཤིང་གི་ཚུལ་དུ་རྩ་  
 གསུམ་དང་། རྩུ་ཁྲི་ལ་རོ་རྒྱུད་གིས་དཀྱིས་པའི་མདུད་མཆོམས་རྣམས་ན་རྩ་  
 འཁོར་རེ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྱི་པོ་བདེ་ཆེན་གྱི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་སོ་གཉིས་  
 བ། མགྱིན་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་བཅུ་དྲུག་བ། སྙིང་ག་ཆོས་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་བརྒྱད་བ། སྤྱེ་བ་སྤྱལ་བའི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་རེ་བཞི་  
 པ་སྟེ། རྩ་འཁོར་ཆེ་བ་བཞི་གསལ་གདབ། རྒྱས་པར་ན་སྙིང་འོག་གི་རྩ་འཁོར་



ཆུང་བ་རྣམས་ཀྱང་གསལ་གདབ་པོ། །དེ་ལྟར་རྩ་གསུམ་འཁོར་ལོ་བཞི་  
 དང་བཅས་པ་ཡང་ཡང་གསལ་བཏབ་སྟེ་གསལ་སྒྲུང་ཅི་ཉིད་བྱའོ། །དེ་ཡང་  
 རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་པལ་མོ་ཆེ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་མཐར་ཕྱིན་ནས་  
 རྫོགས་རིམ་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པས། དེ་ལྟར་བྱེད་ན་མཆོམས་འདིར་  
 ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་གྱི་སྟོན་ཏུ་བྱས་ནས་རྫོགས་རིམ་གྱི་དམིགས་པ་ལ་  
 ཆིག་སྒྲིལ་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཡང་། ད་ལྟའི་དུས་གྱི་གདུལ་བྱ་པལ་ཆེ་བ་རིམ་  
 གཉིས་གྱི་རྫོགས་པ་རིམ་རིམ་བཞིན་བསྐྱེད་མི་རུས་པར་སྒྲགས་ལམ་ལ་བག་  
 ཆགས་འཛོག་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཐུན་སྟོད་ལ་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ། དེ་  
 རྣམ་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོན་རྣམས་རྫོགས་རིམ་གྱི་དམིགས་པ་ཅུང་ཟད་རེ་  
 སྟོང་གསུང་། དེ་ལྟར་རྩ་གསུམ་བཏབ་ནས་གསལ་སྒྲུང་ཅུང་ཟད་རེ་ཉིད་པ་ན་  
 དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་གནད་འཆོལ་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། རིམ་ལྔ་བསྐྱུས་  
 པ་ལས། ཡུལ་དང་དུས་དང་ལུས་རྒྱུད་གི། །གནད་ནི་རྣམ་པ་བཞིར་ཤེས་  
 བྱ། ། ཞེས་རྫོགས་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་གནད་བཞི་ཆང་དགོས་པར་གསུངས་  
 པས། དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་གནད་མ་ཉིད་ན་རྫོགས་རིམ་སྐྱོམ་པའི་གཞི་མེད་  
 དོ། །དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་གནད་ནི་སྟོང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩ་འདབ་བརྒྱད་པའི་  
 རྒྱ་ཁྲིའི་དབུས་སུ་ལྷ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོའི་སྐུ་ལ་སེམས་འཛིན་ནོ། །འདི་ལ་  
 རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོབ་བཟང་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ནས་ལྷ་མ་དོན་ཡོད་མཁས་  
 གྲུབ་ལ་བརྒྱད་པ་ལ་སྐུ་གཅིག་བྱ་ལ་སེམས་འཛིན་པར་གསུང་། རྩེ་དེ་ཉིད་  
 རྣམ་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་སྟོབ་བཟང་རིག་གོལ་ལ་བརྒྱད་པ་ལ་སྐུའི་ཐུགས་ཀར་ཨ་

ཐུང་བཀོད་ནས་དེ་ལ་སེམས་འཛིན་པར་གསུང་། སྤྱིར་དམིགས་པའི་གནད་  
མ་འབྲུགས་ན་ཡི་གེ་དང་སྐྱུ་དང་ཐིག་ལེ་གང་ལ་སེམས་བཟུང་ཡང་དོན་འབྲ་  
བར་གསུངས་ལ། ཨ་ཐུང་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ནི་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་  
པོས་ཀྱང་གསུངས་ཤིང་། སྤྱོད་བསྐྱུས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པས། རྗེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ཨ་ཐུང་ལ་སེམས་འཛིན་པར་གསུངས།  
འདིའི་གནད་ཞིབ་པ་ནི་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་སེམས་བཟུང་བས་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱ་བ་འགགས་ཏེ་རྩྭ་ཕྱིར་  
ཞུགས་གནས་ཐིམ་གསུམ་འབྱུང་སྟེ། ཞུགས་པའི་རྟགས་སུ་མཉམ་རྒྱ་ཤིང་  
མཚུངས་འབྱུང་། གནས་པའི་རྟགས་སུ་རྒྱ་བ་འགགས། ཐིམ་པའི་རྟགས་  
སུ་སྒྲིག་རྒྱ་དུ་བ་མེ་ཁྱེར་མར་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུ་རྣམས་འབྱུང་། དེ་ནས་སྒྲར་  
མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱིས་ཐིམ་པས་དཀར་དམར་ནག་པའི་སྒྲར་བ་རྣམས་  
འབྱུང་། ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་སྟོང་ཆེན་ཐོབ་པར་བསྐྱུས་ན་ཉེར་ཐོབ་གྱི་སྤྲད་  
དང་། ལོགས་སུ་བྱས་ན་ཉེར་ཐོབ་བྲན་མེད་སངས་པའི་མཇུག་ཏུ་སྤྲོད་བྱེད་  
གྱི་རྒྱུན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འཆར་  
བར་གསུང་། དེ་ལྟ་བུའི་འོད་གསལ་བདེ་སྟོང་གི་ངང་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་  
ཅི་ཐུབ་བྱ། འོད་གསལ་དེ་ལས་ལངས་པ་ན་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་  
ལུས་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱུ་མའི་སྐྱར་ལྡང་བའི་མོས་པ་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་མཉམ་པར་  
འཛོག་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་ནས་སྒྲར་ཡང་རགས་པའི་སྐྱུ་འཛིན་ཏེ། སད་དུས་གྱི་  
བསྐྱེ་བ་གསུམ། དེ་བཞིན་དུ་གཉིད་དུས་སུ་བསྐྱེ་བ་གསུམ། འཆི་དུས་སུ་

བསྐྱེད་བཀའ་སྤྲུལ་སྟེ་བསྐྱེད་བསྐྱོར་དགྲའི་ཉམས་ལེན་ལ་འབད། དེ་ལྟར་སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 ཐེག་ལ་རྒྱས་པ་རྟེན་ནས་ཅ་མདུད་ཅུང་ཟད་སྟོན་དུ་སོང་བ་ན། དཔལ་འདུས་  
 པ་འཕགས་ལུགས་ཀྱི་མན་ངག་གི་མཐར་ཐུག་སྟོན་ཅོལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྒྱུད་  
 སྤྲུལ་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་དོར་བཞུས་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་འབད་བས་སྟོང་  
 བ་ལེགས་པར་ཐོན་པ་ན་སྤྱད་རིམ་གཉིས་དང་། བྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་གི་དོར་  
 བཞུས་སོགས་ལ་འབད་བས་གཞིའི་འཆི་རིམ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དུ་ཅ་བ་དང་  
 ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་སྟོང་གའི་མི་ཤེགས་པ་ལ་དངོས་སུ་སྤྱད་རྒྱས་  
 པ་ཞིག་འོང་གསུང་། དེ་ལྟར་འབད་བས་སེམས་དབེན་དཔེའི་འོད་གསལ་  
 འབྱུང་ཏུ་ཉེ་བ་ན་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྲུལ་པར་ཡང་འབད་ཅིང་། ལྷ་མ་སྟོན་  
 ཆོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཆོད་དེ་གདམས་ངག་ཉན་ནས། དེའི་རྒྱ་  
 ཆོགས་ལ་བསྐྱབ་པས་དཔེའི་འོད་གསལ་འབྱུང། འོད་གསལ་དེ་ལས་ལྷ་  
 བ་ན་རྒྱུད་འོད་ཟེར་ལྷ་པས་ཉར་ལེན་དང་། བདེ་ཆེན་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་  
 སེམས་ཀྱིས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་བྱས་པ་ལས། གཞིའི་འཆི་སྤྱིད་ལས་བར་དོ་  
 གྲུབ་པ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་དུ་ལམ་དུས་ཀྱི་འོངས་སྤྱོད་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྤྱོད་མའི་  
 སྤྱོད་དངོས་སུ་ལྷ་པར་བྱེད་གསུང་། དེ་ལྟར་བྱེད་སྤྲུལ་པ་དེས་གཞི་ལ་  
 བར་དོས་རགས་པའི་ལུས་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་རྟེན་པ་ལ་ཞུགས་ནས་  
 ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་སྤྱད་རིམ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ཐུགས་དམ་བྱེད།  
 དེ་ལྟར་བྱས་པས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་འབྱུང་ཏུ་ཉེ་བའི་མཆོན་མ་མཐོང་བ་  
 ན་ལྷ་མ་སྟོན་ཆོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་བཅས་སྤུལ་ཏེ་

འོད་གསལ་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་ནས་དེ་ལ་བསྐྱབས་པས་ཚུ་འཛིན་མཁའ་  
 དབྱིངས་སུ་ཡལ་བ་ཇི་བཞིན་དུ་ཕྱི་དང་ནང་གི་མཆོན་མར་འཛིན་པའི་སྒྲུང་  
 བ་མཐའ་དག་རྒྱབ་སྟེ་ཕྱིའི་མངོན་བྱང་གི་དུས་དང་མཐུན་པར་ནང་གི་མངོན་  
 བྱང་རིམ་པ་བཞི་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་བྱེད་གསུང་། དེའི་ཆེ་  
 གཉིས་སྒྲུང་གི་སྟོས་པ་མཐའ་དག་དག་སྟེ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐར་  
 ཐུག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ། ཡེ་ཤེས་དེས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་  
 བདག་འཛིན་ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་སྟོང་བར་བྱེད་པས། དེ་ལ་རྣམ་  
 དག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་གྲུང་གསུང་། དོན་དམ་པའི་འོད་གསལ་དེ་  
 ལས་ལྷང་བ་ན་དག་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱར་ལྷང་ཞིང་། དེས་སྐྱར་ཡང་འོད་གསལ་  
 ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ན་སྐྱུ་ཐུགས་དངོས་པོ་གཅིག་དུ་ཆོགས་པའི་བྱང་  
 འཇུག་ཐོབ་གསུང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུ་དེ་ནི་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལས། དཔག་ཆད་  
 བརྒྱ་ཡི་ཁྱོན་ཅམ་དུ། །དོ་རྩེ་འབར་བའི་འོད་དག་གིས། །རྒྱན་རྣམས་ཀྱན་  
 གྱིས་བརྒྱན་པ་ཡི། །དག་པའི་བདག་ཉིད་སྒྲུང་བར་འགྱུར། །ཆངས་པ་བྲག་  
 པོ་ལ་སོགས་ལྟས། །རྣམས་གྲུང་མཐོང་བར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། མཆོན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་རྩ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་པ་  
 འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་འོད་གྱི་འགོངས་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སྐྱུ་ལ་  
 པས་འགོ་བའི་དོན་བྱེད་རུས་པ་ཞིག་གོ །སྐྱུ་དེ་ཐོབ་ནས་དེའི་རིགས་འདྲའི་  
 རྒྱན་སྟོང་བ་ལས་གསར་དུ་སྐྱུ་བསྐྱབ་མི་དགོས་པ་ནི། མགོན་པོ་སྐྱུ་སྐྱབ་  
 གྱིས། བྱང་འཇུག་ཉིང་འཛིན་ལ་གནས་ནས། །སྐྱར་ཞིང་གང་ལའང་མི་སྟོབ་



གོ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱེ་དེའི་རིགས་འབྲེལ་རྒྱུ་གོམས་པ་ལས་མི་སྟོབ་པའི་  
 ཟུང་འཇུག་འབྲུག་ཏུ་ཉེ་བའི་མཆོན་མ་འབྲུང་སྟེ། དེ་ལ་ནི་བདུད་ཀྱི་གནས་  
 ཐམས་ཅད་དགོགས་ཤིང་བདུད་རྒྱུས་སྤྲོ་བའོང་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པས་སྟོན་བདུད་བཏུལ་བའི་ཆེ་ལྟས་རི་ལྟར་  
 ཟུང་བ་ལྟར་འབྲུང་བ་སྤྱི་ཁྱེད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་མང་པོར་གསུངས། དེ་  
 རྒྱུས་མཆོན་མ་དེ་ཟུང་རྒྱུས་མི་སྟོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཉེ་རྒྱུ་  
 ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཐུགས་དམ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱུས་མཛོད་པས་ཕྱི་ལོ་མཛོན་  
 ཟུང་ཁྱེད་པར་ཅན་གྱི་དུས་སུ་ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྡན་ཟུང་འཇུག་དོ་རྗེ་  
 འཆང་གི་སྐྱར་འཆང་རྒྱ་ཞིང་། སྐྱེ་དེ་ལས་རྒྱུས་ཡང་མི་གཡོ་ཞིང་གསུང་ཆོས་  
 གྱི་ལོངས་སྟོན་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་ངེས་པ་ལྟ་ལྡན་དུ་བཞུགས་བཞིན་པ་རྒྱུས་  
 སྐྱེ་སྐྱེ་བྱེ་བ་འབྲུམ་ཐེར་འབྱེད་པར་མཛོད་པ་ཞིག་འབྲུང་གསུང་། དེ་ལྟ་བུའི་  
 ལམ་རིམ་པ་ལྟའི་གནད་དེ་དག་ནི་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བ་གསང་  
 ཆེན་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་སྟོང་པོའི་བཅུད་ཟུང་བ་དག་ཡིན་ཏེ། ལྷན་པོ་བདག་  
 འབྲུ་བས་གསང་བའི་གནས་མཐར་ཐུག་པ་དེ་དག་རང་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོགས་  
 ཅམ་ཡང་མཆོན་མི་རུས་ཀྱང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་བྱུང་ཆེན་དབེན་  
 ས་བའི་གསུང་དང་། སྒྲུ་མ་དམ་པའི་ཞལ་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་སྟོན་པ་ཅམ་  
 ཞིག་གིས་པ་ཡིན་ལ། གསང་བ་མཐར་ཐུག་དེ་དག་སྒྲུ་མའི་བཀའ་བློན་ཁོ་ན་  
 ལ་སྟོས་པ་ནི། བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་སྟེང་བ་ལས། དེ་ཕྱིར་འབད་བ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས། །དད་པས་སྒྲུ་མ་བརྒྱུད་པ་ལས། །མན་ངག་དག་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ། །



གང་ཕྱིར་བརྒྱད་པའི་ལུང་གིས་བྲལ། །བརྒྱད་པའི་རིམ་པས་གནས་པར་  
བྱེད། །དེ་ནི་ནལ་འབྱོར་མ་ཞལ་དང་། །སྤྲ་མའི་ཞལ་ལས་འབད་བ་ཡིས། །དེ་  
ཉིད་མཆོག་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། མགོན་པོ་སྤྱ་སྤྱབ་ཀྱི་རིམ་ལྔ་  
ལས། དཔལ་ལྷན་འདུས་པའི་རྒྱད་དུ་ནི། །དེ་ཉིད་འདི་དག་རྒྱས་བཏབ་  
གནས། །བཤད་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས། །སྤྲ་མའི་ཁ་ལས་རྟོགས་པར་  
བྱ། །ཞེས་གསང་བ་མཐར་ཐུག་པ་འདི་དག་སྤྲ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་  
པར་གསུངས་པས། རྒྱད་དོན་མངོན་དུ་གྱུར་ཅིང་ཐུགས་སྙིང་རྗེའི་དབང་དུ་  
གྱུར་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྙིང་ནས་སྤྱབ་པ་སྙིང་པོར་བྱ་འདོད་པ་དག་ལ་  
ཞིབ་དུ་སྟོན་པར་མཛོད་ཅིག །དེ་ལྟར་གདམས་ངག་འདིར་ལམ་རིམ་པ་ལྔ་  
དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་། ཆེ་འདིར་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །ཞེས་  
པ་དངོས་སུ་རྟོགས་རིམ་གྱི་ལམ་མཐོན་པོ་རྣམས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་སྟོན་  
ལམ་དུ་མཛད་ཀྱང་། དོན་གྱི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་ཡང་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ན་དབང་རྣམ་པར་དག་པས་སྤྲགས་ལམ་ཐབ་མོའི་སྟོན་རུང་  
དུ་བྱེད་པ་དང་། སྟོན་དུ་གྱུར་ནས་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་སྟོག་ལྟར་བསྐྱང་བ་  
གཞིར་བཞག་ནས་ལམ་རིམ་གཉིས་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་སྟོམ་པ་དང་།  
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་རྣམས་སུ་རྒྱད་དོན་  
མཐའ་དག་བསྐྱས་ནས་འདོམས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱད་དོན་སྤྱད་ཚུལ་  
ལ་རྒྱད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་ལས་མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་། ཡེ་ཤེས་  
དོ་རྗེ་ཀུན་ལས་བཏུས་སུ་ཚུལ་འདི་ལྟར་དུ་སྤྱད་པར་མཛད་པ་ཉིད་དོ་མཆར་

བར་གཟིགས་ནས་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རྒྱུད་དོན་སྤྱད་ཚུལ་འདིའི་སྟོ་  
 རས་རྒྱུད་སྟེ་མཐའ་དག་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་བསྐྱས་  
 རས་འབྲིད་པར་མཛོད་པ་ཡིན་པས། ཚུལ་འདི་རྗེའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་  
 ཡིན་ཞིང་། སྟོ་གྲོས་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་འདིར་བསམས་  
 རས་དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གདམས་ངག་འདི་ལ་  
 ཡིད་རང་དབང་མེད་པར་འཕྲོག་པའི་དད་པ་སྟེའོ། །ཚུལ་འདི་རྗེའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པ་ནི་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས། དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་སྤྱད་པའི་ལུགས་ཐ་དད་པ་དེ་དག་ལས་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རུང་མོད་  
 ཀྱང་འདིར་ནི་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་བཤད་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ལམ་སྤྱད་པའི་སྤྱིའི་ཆིངས་བྱས་པ་ནི། རྒྱུད་རྣམས་  
 རས་དགོས་པའི་དབང་གིས་གོང་འོག་དཀྱུགས་ནས་གསུངས་པའི་རྒྱུད་  
 དོན་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་འདིལ་ཤེས་པའི་  
 སྟོ་རས་རྒྱུད་དང་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་པར་དག་པ་རྣམས་  
 གདམས་པའི་མཆོག་ཏུ་འཆར་བའི་ཐབས་ཡིན་པས། དོན་ཆོན་གང་དུ་  
 བསྐྱས་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བསྐྱེགས་པ་དེར་རྒྱུད་དོན་ཐམས་ཅད་སྤྱད་ཤེས་  
 པ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །མདོར་ན་མ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་རིམ་པ་དང་པོས་རྒྱུད་སྟོན་པར་བྱས་  
 རས་རིམ་པ་གཉིས་པ་ལ་འཇུག་པ་ན་སྒྲུ་མ་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་ལུགས་དག་ཏུ་

བསྐྱོམས་ནས་སྙིང་དབུས་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལྟ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
སྐྱོམ་བ་དང་། སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་བའི་བསྒྲས་པའི་མཐར་ཐུག་ཟབ་  
མོ་དོ་རྗེ་བསྒྲས་པའི་མ་ཐུ་ལ་བཏེན་ནས་སྙིང་དབུ་མར་ཞུགས་གནས་ཐིམ་  
གསུམ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དཔེའི་འོད་གསལ་དང་། འོད་གསལ་དེ་ལས་  
བྱུང་བའི་རིམ་བ་གསུམ་བ་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་དང་། རིམ་བ་བཞི་པའི་འོད་གསལ་  
དང་། རིམ་བ་ལྔ་པའི་བྱང་འཇུག་རྣམས་ཐོབ་པར་བྱས་ཏེ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་  
བྱང་འཇུག་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ་སྙམ་དུ།

སྙིང་གའི་འདབ་བརྒྱད་རྩྭ་ཏྲེའི་དབུས་དག་དུ།

མགོན་ཁྱོད་ཞབས་སེན་བཀོད་པ་ལས་བྱུང་བའི།

འོད་གསལ་སྐྱེ་ལུས་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ།

ཆེ་འདིར་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་  
ཀྱི་སྐྱེའི་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྦྱངས། དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་མོ།

# གཉིས་པ་བསྐྱེམས་ཀྱང་བཅན་ས་མ་བེན་ན་འཆི་ཁར་འཕོ་ བའི་ཉམས་ལེན་བྱ་ཚུལ་ནི།

༥ ལམ་སྒྲ་མ་བེན་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་ན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ།  
འདི་ལ་སྟོན་གྱི་ལྷ་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཕོ་བའི་རྣམ་གངས་དང་། མཆོན་  
གྱི་འདོགས་ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། དོན་བསྟུན་ཐུན་མོང་བ་  
ཐེག་ཆེན་སློ་སྦྱོང་གི་སྟོན་ས་འཆི་ཁར་ཉམས་ལེན་བྱ་ཚུལ་དང་། །ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པ་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་ས་འཕོ་བ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གཉིས་སུ་བྱེད་པ་  
གདམས་ངག་འདིའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོབས་ལྡེའི་སྟོན་ས་འཕོ་བ་ཐུན་  
མོང་བ་དང་། སྟོབས་ལྡེའི་ཉམས་ལེན་དེ་གཞིར་བཞག་པའི་སྟེང་དུ་ལྷ་མ་  
ལྡེའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོན་ས་འཕོ་བ་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་འཆི་ཁར་  
ཉམས་ལེན་གཉིས་ལས། ད་ལྟའི་གདུལ་བྱ་པལ་མོ་ཆེ་ལ་ནི་ཐེག་ཆེན་སློ་  
སྦྱོང་གི་སྟོན་ས་འཆི་ཁར་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་འདི་ཤིན་ཏུ་པན་ཆེདོ། །ཚུལ་  
དེ་ནི་བཀའ་གདམས་སློ་སྦྱོང་ལས། ཐེག་ཆེན་འཕོ་བའི་གདམས་ངག་  
ནི། །སྟོབས་ལྡེ་ཉིད་ཡིན་སྟོང་ལམ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་། སྟོབས་  
ལྡེའི་སྟོན་ས་འཕོ་བ་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་འཆི་བ་ལ་ཉེ་བར་སྟོགས་པ་  
ན་ཡོ་བྱད་ཅི་ཡོད་ལྷ་མ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་སྟེ་སོགས་ལ་ལུལ་ནས་གང་ལ་  
ཡང་ཆགས་ཞེན་མེད་པར་བྱ་བ་ནི་དཀར་པོ་ས་བོན་གྱི་སྟོབས་དང་། དེ་ནས་  
དམ་ཆིག་དང་སྒྲུལ་པ་གསོ་ཞིང་ལྷ་མ་ལྟ་ཆོགས་མདུན་དུ་གསལ་ལེགས་

པར་བཏབ་ནས། ཡན་ལག་བདུན་པ་མཆུལ་དང་བཅས་པ་ཕུལ་ལ། བདག་  
 འཆི་ཁ་དང་བར་དོ་དང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་རྣམས་སུའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་  
 སྦྱོང་བ་ དང་། སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནམ་ཡང་མི་བརྟེན་པར་མངོན་དུ་འགྱུར་  
 བ་དང་། ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་སླ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 སྦྱོན་ལམ་འདེབས་པ་ནི་སྦོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་དང་། བདག་གཅེས་འཛིན་  
 འདིས་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་ཕུང་དུ་བཅུག་ཅིང་། ད་དུང་འདིའི་དབང་དུ་སོང་  
 བ་སྤྱི་མ་ངན་སོང་གནས་སུ་འཕེན་པར་བྱེད་དོ་སྙམ་དུ་བསམས་ལ། བདག་  
 གཅེས་འཛིན་ལ་དགྱར་བལྟས་ནས་སྦོང་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་ནི་སུན་འབྱེན་པའི་  
 སྟོབས་དང་། དུས་དང་གནས་སྐབས་ཅིར་གྱུར་ཀྱང་སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྒྲོམ་པ་དང་ནམ་ཡང་མི་འབྲལ་བར་བྱའོ་སྙམ་པ་  
 ནི་འཕེན་པའི་སྟོབས་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་སྒྲོ་  
 རུས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་ནི་གོམས་པའི་སྟོབས་ཏེ་སྟོབས་ལྷ་པོ་  
 དེ་གའི་ངང་ནས་བྱམས་སྦྱང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཏོང་ལེན་  
 བསྒྲོམས་ཤིང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་བཏགས་ཙམ་མ་གཏོགས་བདེན་  
 པར་གྱུབ་པ་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་དོ་སྙམ་དུ་ལྟ་བའི་གདེང་དང་ལྟན་པར་བྱས་  
 ལ་དེའི་ངང་ནས་འཕོ་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱའོ། །དེའི་ཆེ་སྦྱོང་ལམ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་  
 གཞོགས་གཡས་པ་འོག་ཏུ་པལ། ལག་པ་གཡས་པ་འགྲམ་པ་ལ་གཏད་དེ་  
 སྤོན་ལག་གི་སྒྲ་བྲུག་གཡས་པ་བཀག། །རྐང་པ་གཡོན་པ་གཡས་པའི་སྦྱང་  
 དུ་བཞག་ལ་བརྒྱངས། ལག་པ་གཡོན་དེའི་སྦྱང་དུ་བཞག་ལ། སྦོན་སྦོན་པ་



ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱང་སྟོང་ལམ་འདི་ལྟ་བུས་སྤྱངས་ལས་འདའ་བའི་  
ཚུལ་བསྟན་ཏེ་སྟེང་དུ་བཞུགས་ཏེ་གནས་ན་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་དུ་བཞུགས་པའི་  
མཐུས་དུ་སོང་དུ་ལྷུང་བ་མི་སྲིད་གསུང་ངོ་། །

མདོར་ན་ལམ་སྟན་མོང་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲིང་པོ་ངེས་འབྱུང་དང་།  
བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་། ཟབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལྟ་བ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་  
གནས་བཞུགས་པའི་ངང་ནས་འཆི་སྤྱབ་པ་ཞིག་བྱེད་པའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཞིན་  
ཏུ་བསྐྱུགས་ཏེ་མདོན་པ་གོང་འོག་གཉིས་ཀར་འཆི་ཁར་དགོ་སེམས་སྤྲོ་མོ་  
ཞིག་མདོན་ཏུ་བྱུར་ཏེ། དེའི་ངང་ནས་ཞིན་དུ་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བར་གསུངས་  
ན། བསམ་པ་རྒྱུ་བས་པོ་ཆེ་དེ་དག་གི་ངང་ནས་ཞིན་དུ་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བ་ལྟ་  
ཅི་སྟོས། རྒྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུས་ལམ་ལ་སྟོང་པའི་རྟོན་ཁྲད་པར་ཅན་ཞིག་  
ཏུ་སྦྱེ་ངེས་ཞིང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཤུགས་  
དྲག་པོའི་ངང་ནས་ཞིན། རྟོན་ཁྲད་པར་ཅན་ཞིག་ཐོབ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་ལ་བག་ཆགས་སྦྱར་དུ་སང་པ་ཞིག་ངེས་པར་འོང་། དུ་སོང་དུ་ལྷུང་  
བ་རྣམས་ཀྱང་དེར་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དུན་ན་དེ་མ་ཐག་དུ་སོང་ལས་ཐར་  
པ་ནི་དཔྱལ་བའི་ཀྱང་དུ་འཁྱུངས་པའི་འཁྱུངས་རབས་ལས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ཡིན་ལ། དེས་ན་འཆི་ཁར་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཤུགས་དྲག་  
དུན་ན་དུ་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས། འགྲོ་བ་སྣ་དང་བཅས་པའི་ཐུག་གི་  
གནས་སུ་འབྱུང་བ་ནི། སྟོང་འཇུག་ལས། གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་  
ཆེ་དེ། །སྦྱེས་པ་དེ་ཡི་སྦྱུ་ལ་ཐུག་འཆའ་ཞིང་། །གང་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ཀྱང་

བདེ་འབྲེལ་བ། །བདེ་བའི་འབྲུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །ཞེས་སོགས་  
 རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལན་ཅིག་མིན་པར་བསྐྱགས་པ་ལྟར་  
 རོ། །ཐུན་མོང་མིན་པ་སྤྲགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སློན་སྤྲོད་འཕྲོ་བ་ཉམས་སུ་  
 ལེན་ཚུལ་ནི། ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་སྐྱབས་པས་རང་དབང་ཐོབ་ན་འདི་མི་  
 དགོས་ཀྱང་། རང་དབང་མ་ཐོབ་པར་འཆི་བའི་མཆོན་མ་ཤར་ན་འཕྲོ་བའི་  
 རྣལ་འབྱོར་བྱ་དགོས་ལ། དེ་ལ་སློན་དུ་འཆི་བའི་མཆོན་མ་རྣམས་ཤེས་པར་  
 བྱས་ནས། དེ་བྱུང་ན་འཆི་སྤྱི་སློན་སྤྲོད་པའི་ཐབས་བྱེད་དགོས་ལ།  
 འཆི་རྟགས་བརྟག་པ་ལ་ལུས་ཀྱི་སློན་སྤྲོད་མཆོན་མ་དང་དབྱིབས་སྣ་ཆོགས་  
 ལ་བརྟག་ཚུལ་དང་། གྲིབ་མའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་བརྟག་ཚུལ་དང་།  
 སེམས་ཀྱི་འཆར་སློལ་བརྟག་ཚུལ་དང་། མི་ལམ་ལ་བརྟག་ཚུལ་སོགས་  
 སློམ་འབྲུང་དང་། རྫོ་རྩེ་མཁའ་འབྲོ་དང་། གདན་བཞི་སོགས་རྒྱུད་དང་བྱུ་  
 ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་སུ་བརྟག་ཚུལ་མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 རང་ནས་རྒྱུ་ལྟས་བརྟག་པ་འདི་གལ་ཆེ་བར་གསུངས་པས། སློམ་འབྲུང་  
 ལས་སྒྲ་བ་རེ་རེའི་ཡར་ངོ་ནས་བཟུང་སྒྲ་བྱག་གཡས་གཡོན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱ་ཚུལ་  
 ཀྱི་བྱེད་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། རྒྱུ་ལྟས་ལོག་པ་བྱུང་  
 ན་འཆི་སྤྱི་ལ་འབད། འབད་ཀྱང་མི་སྤྲོད་པར་འཆི་བའི་མཆོན་མ་ངེས་པར་  
 ཤར་ན། སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལས་འབྲུང་བ་ལྟར་དུས་ཆོད་ཤེས་པར་བྱས་ནས་  
 འཕྲོ་བ་བྱ་དགོས་ལ། དུས་ལ་མ་བབ་པར་འཕྲོ་བ་བྱས་ན་ཉེས་དམིགས་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་སྟེ། རྫོ་རྩེ་མཁའ་འབྲོ་ལས། དུས་ལ་བབས་ན་འཕྲོ་བ་སྟེ། །དུས་མིན་སྟེ།

རྣམས་གསོད་པར་འགྱུར། །ལྷ་རྣམས་བསད་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །དཔྱལ་བར་  
 དེས་པར་སྟེག་པར་འགྱུར། །དེ་བས་འཆི་བའི་མཆོན་མ་ནི། །མཁས་པས་  
 འབད་དེ་ཞེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་དང་བྱུང་ཆེན་  
 གྱི་གཞུང་མང་པོར་གསུངས། དུས་ལ་བབས་ནས་འཕོ་བ་བྱ་ཚུལ་ལ་སྒྲུབ་  
 གོང་མ་རྣམས་གྱིས་ཆོས་སྐྱའི་འཕོ་བ་དང་། འོངས་སྐྱའི་འཕོ་བ་དང་། སྐྱལ་  
 སྐྱའི་འཕོ་བ་ཞེས་ཐ་སྙད་མང་དེོ། དོན་ནི་ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེར་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
 བསྐྱེ་བ་སྒྲོ་མ་པ་དང་། ལྷའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོ་ནས་དག་པའི་ཞིང་ལ་སོགས་  
 པར་འཕོ་བའི་དམིགས་པ་སྦྱོང་བའོ། །ཆོས་སྐྱའི་ལམ་འབྱེར་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱེ་  
 བ་བསྐྱེ་མ་པ་ནི་བསྐྱེད་རིམ་སྟོན་དུ་སོང་ནས་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྦྱོང་བ་རྟེན་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ན་འཆི་དུས་སུ་རྒྱུད་གི་སྐྱེད་རིམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྦྱོང་བ་གསུམ་མངོན་  
 དུ་བྱས་ཏེ་འོད་གསལ་མ་བྱ་བསྐྱེས་པའི་མཉམ་གཞག་ཅི་རུས་སུ་བསྐྱུངས།  
 དེ་ལས་ལྡང་བ་ན་ལམ་དུས་གྱི་འོངས་སྐྱར་དངོས་སུ་ལྡང་བའོ། དེ་ལྟར་མ་  
 རུས་ནའང་ལྡང་བར་མོས་ཤིང་། མཁའ་སྦྱོང་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་བྱུང་པར་  
 ཅན་ཞིག་དུ་སྦྱེ་བ་འཛིན་ནོ། །རྫོགས་རིམ་གྱི་སྦྱོང་བ་མེད་པར་བསྐྱེད་རིམ་  
 ལ་སྦྱོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། འཆི་བའི་ཆེ་རགས་པ་ཉེར་ལྷའི་ཐེམ་རིམ་རྣམས་  
 འོས་ཟེན་པར་བྱས་ལ་བདེ་སྟོང་གི་དམིགས་པ་སྦྱོང་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་ནས་  
 ལྡང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་རིམ་གྱིས་ཤར་བ་ན་འོད་གསལ་སྐྱར་དུ་འཆར་བ་  
 འདུག་སྟུང་དུ་སྦྱོ་བ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་སྡང་བ་དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་བདེ་སྟོང་  
 ལ་འཛོག་ཅི་ཐུབ་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་འོད་གསལ་ཤར་བ་ན་བདེ་སྟོང་གི་ངང་དུ་

འཛིན་ཅི་བྱུང་བྱའོ། །དེ་ལས་ལྷང་བ་ན་དང་པོའི་མགོན་པོར་ལྷང་བའི་མོས་  
 བ་དང་། དེ་ནས་སྒྲགས་སྦྱོང་བའི་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྦྱེ་བ་འཛིན་  
 བར་བྱེད་དོ། །འདི་དག་ལ་འཕོ་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་མ་གཏོགས་དོན་ནི་  
 སྦྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་འབྱེད་དང་བསྐྱོམ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་  
 གྱི་སྦྱོ་ནས་འཕོ་བ་དངོས་སྦྱོང་བ་ནི་སྦྱོམ་འབྱུང་དང་། རྟོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་དང་།  
 རྟོ་རྩེ་གདན་བཞི་རྣམས་ལས་ཞིབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་། འདུས་པ་ཡེ་ཤེས་ཞབས་  
 ལུགས་གྱི་གཞུང་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་ཀྱང་འབྱུང་དོ། །འཕོ་བ་ལ་  
 ནི་རྒྱུད་དེ་དག་ལས་ཤིན་ཏུ་བསྒྲགས་ཏེ། རྟོ་རྩེ་མཁའ་འགྲོ་ལས། ཉིན་རེར་  
 བཅ་བེ་གསོད་པ་དང་། མཆོམས་མེད་ལྷ་ནི་བྱེད་པ་དང་། །རྒྱ་འཕྲོག་འདོད་  
 བ་སྦྱོང་བ་ཡང་། །ལམ་འདི་ཡིས་ནི་དག་འབྱུར་ཏེ། །སྒྲིག་པས་གོས་པ་མི་  
 འབྱུར་ཞིང་། །སྤིང་བའི་སྦྱོན་ལས་རིང་དུ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

གདན་བཞི་སོགས་རྒྱུད་གཞན་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་། །འཇམ་  
 དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་ཀྱང་། ཆོ་ག་འདི་ཡིས་སེམས་ཅན་གང་། མཆོམས་  
 མེད་བྱེད་ཅིང་མྱོངས་པ་ཡི། །སྦྱེ་བ་བཅ་བེ་གསོད་པ་ཡང་། །དེ་ཡིས་མི་  
 འབྱུབ་ཅུང་བད་མེད། །དེ་བས་བཀའ་ལུང་རབ་ཐོབ་ནས། །དམ་སྒྲོམ་རྣམ་  
 བར་བསྐྱུང་བྱས་ཏེ། །སྦྱ་གསུམ་འབྱུབ་པར་བེ་ཆོམ་མེད། །གལ་ཏེ་སྦྱ་གསུམ་  
 མ་བྱུབ་ན། །རིག་པ་འཛིན་པའི་གཙུག་ཏུ་ཏེ། །རིམ་གྱིས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
 པོར་འབྱུར། །ཞེས་འཕོ་བའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མཆོམས་མེད་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞོད་མི་རུས་པར་ངན་སོང་།



གི་སྒྲུ་སྒྲོ་བཀག་སྒྲེ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་བྱ་དཔར་ཅན་ཐོབ་པ་དང་། རྟེན་དེ་ལ་  
 ལམ་རིམ་གྱིས་བགྲོད་ནས་འཆོང་རྒྱ་བར་གསུངས་སོ། །འཕོ་བ་བྱེད་ཚུ་ལ་  
 བྱི་སྟོབས་ལྡེའི་ཉམས་ལེན་ལ་གོང་དུ་བཞག་པ་ལྟར་བྱ་ཞིང་། ལྷག་པར་སྒྲོམ་  
 པ་གོང་མ་གཉིས་སོར་ཆུད་པར་བྱས་ལ་ཡིད་ལ་གཅགས་པ་གང་ཡང་མེད་  
 པ་སྒྲོ་བདེ་སིང་ངེ་བ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུ་བོའི་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་  
 ཏུ་བཏབ། བདེ་བ་ཅན་ལྟ་བུར་འཕོ་འདོད་ན་ཞིང་དེའི་སྒྲོད་བཅུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 རྣམས་ལ་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་མོས་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ཞིང་དེར་སྐྱར་  
 དུ་འགྲོ་བའི་འདུན་པ་ཤུགས་དྲག་སྐྱེད་སྤྱོད་དེ་ནས་འཕོ་བ་དངོས་གཞི་ལ་རྒྱུད་  
 ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ཐོན་པའི་སྒྲོ་དགུ་ཡོད་པས། སྒྲུ་བོ་གསེར་  
 ཀྱི་སྒྲོ་མ་གཏོགས་གཞན་བརྒྱུད་པོ་ལེགས་པར་བཀག་གསེར་གྱི་སྒྲོ་ཕྱེ་ནས་  
 འཕོ་བ་སྒྲོད་དགོས་ལ། རྒྱུན་དུ་དེ་ལྟར་མ་འདྲིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འཆི་ཁར་  
 དམིགས་པ་མང་པོ་འཆར་དགའ་བས། རྫོ་རྩེ་འཆང་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
 མཆོན་གྱིས་འཕོ་བྲིད་དཔའ་བོ་གཡུལ་འཇུག་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་  
 ཀྱི་དབུས་སུ་རྩ་དབུ་མ་གསལ་བཏབ། སྒྲུ་བོ་ཆངས་པའི་བྱ་གཟུ། སྤྱོགས་  
 གཞན་གང་དུ་ཡང་བྱ་གཟུ་མེད་པར་བྱས་ལ། སྒྲོད་དབུས་སུ་རང་གི་རྣམ་ཤེས་  
 ལྡེའི་རྣམ་པ་འཇུག། ཐེག་ལེའི་རྣམ་པ་གང་རུང་དུ་གསལ་བ་ལ་སེམས་གཏད་  
 དེ་དམིགས་པར་འཛིན། རབ་ཏུ་རྒྱུད་བུམ་པ་ཅན་བཟུང་ཏེ་རྒྱུད་སྟོབས་ཀྱིས་  
 འཕོ་བྱུང་བ་ཞིག་བྱ། མ་མཐའ་འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཕོ་བྱུང་བ་ཞིག་  
 བྱ་དགོས་པས་འཕོ་འདུན་དྲག་པོ་བྱས་ལ། སྒྲུ་མའི་སྤྱོགས་ཀའི་འོད་ཟེར་



གྱི་ལྷགས་ཀྱི་རང་གི་སྤྱི་བོའི་ཆངས་བྱག་ནས་རྒྱ་རྒྱུ་འཛིན་དུ་ཞུགས། རང་  
 སེམས་ལྷ་སྤྱུ་འཕེལ་བྱེད་གསལ་བ་ལ་བཏབ་ནས་ལྷགས་ཀྱིས་བཟུང་བ་  
 ཉིག་གི་སྤྱགས་དང་རྒྱུ་གེན་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱོད་བ་སོགས་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱི་  
 མའི་སྤྱགས་ཀར་འཕོ། དེ་ནས་བདེ་བ་ཅན་དུ་འཕོ་བར་བྱའོ། །ད་དུང་འདི་  
 དག་གི་གནད་ཞིབ་པར་སྤྱི་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དགའ་ལྷན་དུ་  
 འཕོ་བར་འདོད་ན་དེའི་འཕོ་བ་བྱེད་ཚུལ་དོ་རྗེ་འཆང་སྒོ་བཟང་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་  
 མཆོན་གྱིས་མན་ངག་བྱུང་དུ་མཛད་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ཉམས་སྦྱང་  
 རོ། །མདོར་ན་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་ཡང་དག་པར་  
 རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་དལ་འབྱོར་  
 ཆང་བའི་དོ་རྗེའི་ལུས་ཉིན་འདི་ལ་རིམ་གཉིས་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་མཐར་ཕྱིན་པ་  
 ཞིག་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བཙན་ས་མ་བེན་པར་འཆི་དགོས་པ་བྱུང་ན་ཐུན་མོང་  
 དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འཕོ་བའི་རྒྱལ་འབྱོར་གྱིས་མཁའ་སྤྱོད་རིག་པ་  
 འཛིན་པའི་ཉིན་ནམ། དག་པའི་ཞིང་དུ་བཞུགས་པ་འཕྱུག་ཆངས་སྤྱོད་བསྐྱབ་  
 གསུམ་ལྷན་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉིན་ཞིག་བཟུང་སྟེ། ཉིན་དེ་ལ་ལམ་རིམ་  
 གཉིས་སྒོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་པར་སྤྱི་མ་ལྷས་  
 ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་སྦྱོར་དུ།

ལམ་སྤྱི་མ་བེན་འཆི་བའི་དུས་བྱེད་ན། །

བཙན་ཐབས་འཆང་རྒྱ་སྤྱི་མའི་འཕོ་བ་ནི། །

སྤྱོད་སེམས་ལྷ་ཡང་དག་སྦྱར་བའི་གདམས་ངག་གིས། །

དག་པའི་ཞིང་དུ་བཞུགས་པར་བྱེད་བྱེད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ། །

ཞེས་གསལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས། སྒྲུབ་ལྟོགས་རྣམས་  
གྱི་སྒྲུབ་ཆ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲུབ་ལྟོགས་ཅིང་དང་བཅས་པའི་རྒྱུན་བབས། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་དེ་དང་དེའི་  
གོགས་བྱེད་སྒྲུབ་སྒྲུབ། དེ་དང་དེའི་རྒྱུགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་རང་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་པར་བསམ་མོ།

གསུམ་པ་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུབ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་སྒྲུབ་ཅིང་

རྒྱུད་བྱེད་བྱེད་སྒྲུབ་བྱེད་ཆོགས་ཞིང་བསྒྲུབ་ལྟོགས་ལ་གཉིས།

༥ ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུབ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྒྲུབ་ལམ་བྱས་ཏེ་  
གཏོར་མ་འབུལ་བ་དང་། རྒྱུད་བྱེད་བྱེད་སྒྲུབ་བྱེད་ཆོགས་ཞིང་བསྒྲུབ་ལྟོགས་  
ལོ།

དང་པོ་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲུབ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྒྲུབ་  
ལམ་བྱས་ཏེ་གཏོར་མ་འབུལ་བ་ནི།

མདོར་ན་སྒྲུབ་ཞིང་སྒྲུབ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། དེ་  
ལྟར་ལམ་ཡོངས་རྒྱུགས་ལ་ཤར་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པས་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་དང་།

སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་ཞིང་གིན་སྒྲ་བས་ཁྱེ་བ་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ནས། གལ་  
 ཏེ་ཆེ་འདི་ལ་ལམ་དེ་དག་རྫོགས་པར་མ་གྱུར་ན་སྐྱེ་བ་གཅིག་གམ། གསུམ་  
 མམ། བདུན་ནམ། རི་ལྷར་རིང་ཡང་སྐྱེ་བ་བཅུ་དྲུག་ཚུན་ལ་བདག་གིས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱའོ། །དེའི་བར་ལ་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དང་  
 སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་འབྲལ་ཞིང་གདམས་པ་བཟུང་ཆུན་ཆད་མེད་པར་  
 ལྷོན་པ་དང་། དེའི་མཐུ་ལས་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྦྱར་དུ་རྫོགས་  
 ནས་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་སྦྱར་དུ་ཐོབ་པར་སྒྲ་མ་ལྷས་གིན་གྱིས་  
 བསྐྱེད་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་པ་དང་། རིན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་  
 ཆེན་པོ་ཁྱོད་ཉིད་བསྐྱེད་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྒྲོན་རོལ་ནས་སངས་རྒྱས་  
 ཟེན་གྱང་། ད་དུང་འཁོར་བ་མ་སྒྲོངས་བར་དུ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ནམ་ཡང་  
 ཆུན་མི་འཆད་པས། ཞིང་ཁམས་ལ་ལར་སྤྱངན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་སྒྲོན་  
 པ་དང་། ལ་ལར་སྐྱེ་བ་སྟུམས་པ་དང་། ལ་ལར་ཁབ་ནས་འབྱུང་བ་དང་། ལ་  
 ལར་མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བའི་ཚུལ་སྒྲོན་པ་སོགས་དུས་གཅིག་  
 དང་། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལའང་ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱུམས་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་  
 པར་སྒྲོན་པར་མཛད་པས་ན། ཞིང་ཁམས་གང་དང་གང་དུ་མདོན་པར་རྫོགས་  
 པར་སངས་རྒྱས་པའི་མཛད་པ་སྒྲོན་པ་དེ་དང་དེ། བདག་གྱང་འཁོར་གྱི་  
 ཐོག་མར་སྐྱེས་ནས་སྐྱེ་བ་སྦྱང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་ཀྱན་འཛིན་པའི་སྤྲུལ་གྱི་  
 ཐུ་བོར་འབྱུར་བར་གྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་ཏུ་གསོལ་སྟུམ་དུ།

མདོར་ན་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །

མགོན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་འབྲུལ་མེད་རྗེས་བཟུང་ནས། །

སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་ཀྱན་འཛིན་པའི། །

སྤྲུལ་ཀྱི་ཐུ་བོར་འགྱུར་བར་གྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

མགོན་ཁྱོད་གང་དུ་མཛོན་པར་སངས་རྒྱས་པའི། །

འཁོར་གྱི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བདག་གྱུར་ཏེ། །

གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་དགོས་འདོད་མ་ལུས་པ། །

འབད་མེད་སྟོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བཟུ་ཤེས་སྟོལ། །

ཅེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་བཏབ་པས། སྒྲ་མ་ལྟ་ཆོགས་རྣམས་

ཀྱི་སྐྱེ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་བྱུང་། རང་གི་ལུས་

སེམས་ལ་ཞུགས་པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་

དང་། ཁྱད་པར་སྒྲ་མའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་དང་འགལ་བའི་སྒྲིག་

སྒྲིབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱངས། ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་

དུ་སྤྲུལ་གྱི་ཐུ་བོར་འགྱུར་བར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མོས་པ་བརྟན་པོ་

བྱའོ། །དེ་ནས་མཆོམས་འདིར་མཆོད་གཏོར་འབྲུལ་བར་མཛད་དེ། གཏོར་

མ་ནི་མདོ་སྤྲུགས་གཉིས་ཀ་ནས་བགོགས་ཞི་བ་དང་། འདོད་པའི་དོན་

བསྐྱབ་པ་ལ་བསྤྲུགས་པས་གལ་ཆེ་བར་གསུང་། ལྷག་པར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་

དང་གྲུབ་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་སྐྱེ་བཅས་རྣམས་ནས་ལས་གང་བསྐྱབ་

།ཀྱང་གཏོར་མ་ངེས་པར་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་གི་ཐོག་  
 མཐའ་གཉིས་ཀ་ལ་གཏོར་མ་འབྱུང་། དེ་ཙམ་མ་ལྟོགས་ན་བྱུང་སོ་སོའི་  
 མཐའ་འབྱུང་། བྱུང་རེ་རེའི་མཐའ་འབྱུང་བ་མ་ལྟོགས་ཀྱང་བྱུང་བ་མའི་  
 མཐའ་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་པར་གསུང་། གཏོར་མའི་རྗེས་དང་སྒྲོད་གང་  
 དུ་བྱ་བ་དང་། བསྐྱེད་ཆོག་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། འདས་མ་འདས་ཀྱི་མགོན་ལ་  
 ངེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་སྤྲུལ་མེད་ཀྱི་སྐྱབ་ཐབས་པལ་ཆེར་ལ་སྐྱར་དུ་རུང་བ་  
 རྒྱས་པ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་བླ་ཡ་ཀ་རས་སྤེང་བ་དང་མན་སྟེ་གཉིས་སུ་ཞིབ་ཏུ་  
 གསུངས་ལ། ཡི་དམ་སོ་སོའི་བྱུང་མོང་མིན་པའི་བྱུང་པར་རྣམས་ནི་སོ་སོའི་  
 རྒྱུད་དང་སྐྱབ་ཐབས་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་བྱའོ། །དེ་ཡང་གསང་བ་འདུས་  
 པ་ལ་མཆོན་ན་འདུས་པའི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ནང་མཆོད་དང་། གཏོར་  
 མའི་བསྐྱེད་ཆོག་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ནི་འདུས་པའི་རྒྱུད་ཕྱི་མ་དང་  
 བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་སྤེང་བ་གཉིས་ཀྱང་བསྐྱེད་ན་ལེགས་པར་ཐོན་ཞིང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱབ་ཐབས་རྣལ་འབྱོར་དག་རིམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ། །པ་  
 རྒྱུད་མ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་སོ་སོའི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆོད་དོན་བྱུང་པར་  
 ཅན་རེ་ཡོད་པས། སྐྱབ་ཐབས་གཅིག་ནས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་གཞན་རྣམས་  
 ལ་སྐྱར་ན་སོ་སོའི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཆོས་དང་མཆོན་དོན་རྣམས་  
 འབྱུག་པས་དེ་ལྟར་མི་བྱ་བར་གསུང་། དེས་ན་ཡི་དམ་དོ་རྗེ་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པ་ཡིན་ན་ནང་མཆོད་དང་མཆོད་གཏོར་གྱི་རྒྱལ་ས་  
 རྣམས་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ལྟར་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་འདུས་པ་སོགས་གཞན་



ལ་འདི་སོ་སོའི་ཆོ་ག་ལྟར་བྱའོ། །གཏོར་མགོན་ལ་ནི་ངེས་པ་མེད་དེ། །རང་  
 རྫོང་འཛིགས་བྱེད་གྱི་རྣམ་འབྱོར་ལ་གནས་ནས་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ལྷ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་མཆོད་གཏོར་འབུལ་དུ་རུང་བར་གསུང་། དེ་ནི་སྐྱབ་ཐབས་སོ་སོའི་  
 རང་མཆོད་འབུལ་ཚུལ་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །གདམས་ངག་འདིར་ནི་རང་  
 བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་རྣམ་འབྱོར་གང་ལ་གནས་པ་དེའི་སྒོ་ནས་  
 རང་མཆོད་དང་མཆོད་གཏོར་རྣམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ། སྒྲུབ་ཆོགས་  
 ཞིང་དུ་གསལ་བཅུབ་པའི་སྒྲུབ་མ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་བོ་  
 མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་སྦྱང་མ་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་གཏོར་འབུལ་བར་མཛད་  
 དོ། །གཏོར་འབུལ་གྱི་ཆོ་ག་རྒྱས་བསྐྱུས་ནི་སྐབས་དང་བསྐྱུན་པས་ཆོག་  
 ཅིང་། གཞན་ཡང་སྐྱབ་པ་པོ་རྟོག་པ་མཐོང་མའི་དབང་གིས་གཏོར་མ་འབུལ་  
 ཚུལ་དང་མགོན་བསྐྱེད་ཚུལ་སོགས་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་མང་པོ་བཤད་  
 དེ། ཆོག་མང་བས་མ་སྒྲོས་སོ། །དེ་ལྟར་གཏོར་མ་སྤུལ་ནས་སྒྲུབ་ལྷའི་རྣམ་  
 འབྱོར་གྱི་སྒོ་ནས་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་སྒོ་སྦྱོང་བ་ལ་བར་  
 ཆད་མི་འབྱུང་བ་དང་སྐྱབ་པ་མཐར་བྱིན་པའི་གསོལ་འདེབས་དང་འཕྲིན་  
 ལས་འཆོལ་བ་སོགས་བྱའོ།།

གཉིས་པ་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་བྱིར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱུ་བའི་  
 ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཅུབ་པས་སྒྲུབ་མཆོག །

བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་བྱིར་དགེས་བཞིན་སྤྱི་བོར་བྱོན། །

སྤྱར་ཡང་སྤྱིར་གཤི་བསྒྲུའི་བེའུ་འབྲུ་ལ། །

ཞབས་སེན་འོད་ཆགས་བརྟན་པར་བཞུགས་སུ་གསོལ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྤྱར་བ་ཤད་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུ་མ་ཐུབ་དབང་རྒྱུ་རྒྱུ་འཆང་  
ཆེན་པོའི་ལྷ་ཆོགས་ལ་བྱི་ནང་གསང་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཐུལ་ཏེ།  
ལམ་དེ་དང་དེ་དག་རྒྱད་ལ་སྤྱི་བའི་གསོལ་འདེབས་ཤུགས་དག་ཏུ་བྱས། དེ་  
ནས་སྒྲུ་མ་ལྷ་ཆོགས་རྣམས་ལ་གསལ་སྤྱད་འདོན་ཅི་ཐུབ་བྱ་ཞིང་དད་གུས་  
ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱོམས་པས། དེན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་ཐུབ་དབང་རྒྱུ་རྒྱུ་འཆང་  
ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་བེར་འསྐྱོས། མཐའ་བསྐྱོར་ན་བཞུགས་པའི་  
ཞེ་ཁྲོ་རབ་འབྲུམས་རྣམས་ལ་ཕོག་པས་རིམ་གྱིས་འོད་དུ་ཁུ་ནས་དེན་ཅན་  
རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་ལ་ཐིམ། དེན་ཅན་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་ཐུབ་དབང་རྒྱུ་རྒྱུ་འཆང་ཆེན་པོ་  
དགེས་བཞིན་དུ་རང་གི་སྤྱི་བོར་བྱོན། སྤྱི་བོ་ནས་དབྱུ་མའི་ནང་བརྒྱུད་དེ་  
སྤྱིར་དབྱུས་ཀྱི་རང་སེམས་ལ་ཐིམ་པས། སྒྲུ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དང་རང་  
སེམས་གསུམ་དགེར་མི་བྱེད་པའི་ང་རྒྱལ་བརྟན་པོའི་ངང་དུ་མཉམ་པར་  
འཛོག་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེའི་ངང་ནས་དགའ་ལྡན་ཐུག་རྒྱུ་ཆེན་པོའམ། རྩོགས་  
རིམ་ཐབ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པ་ལ་འཇུག་གོ །འདིར་རྩོགས་རིམ་གྱི་  
ཉམས་ལེན་དང་མཐུན་པར་རྗེས་གཞིག་གི་སྤྱད་རིམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོགས་ཞིང་  
བསྐྱུ་ཚུལ་བྱུང་པར་ཅན་ཡང་ཡོད་དེ། ཚུལ་འདི་ནི་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་  
གསང་བ་ཆེ་གཅིག་ཉིད་ལ་བྱུང་འཇུག་སྤྱོད་པའི་མན་ངག་གི་གནད་མཐར་

ཐུག་སྟེ། ཞིབ་པར་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་གནད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མའི་  
 རྣལ་འབྱོར་འདི་ནི་རྒྱུད་སྒྲེའི་སྟོང་པོ་བྱུང་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་གྱི་  
 མཐིལ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆོན་ཀ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་སྟེ། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
 པ་ནས་ལམ་འདི་མཛོན་དུ་མཛད་པའི་དམ་པ་རིམ་པར་བྱོན་པ་ལས་བརྒྱུད་  
 པའི་ཚུལ་ནི་གོང་དུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་དང་། ཐུག་པར་བྱུང་ཆེན་ཆོས་དོ་རྗེ་  
 ལ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་དངོས་སུ་ཞལ་བསྟན་ཏེ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་མན་  
 ངག་མཐའ་ཡས་པ་དང་། བྱད་པར་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སེམས་དཔའ་སུམ་  
 བཅེགས་ཅན་འདི་གནད་། བྱུང་ཆེན་ཆོས་དོ་རྗེས་ཀྱང་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་  
 འདི་ལ་ཉམས་ལེན་སྟོང་པོར་མཛད་པས་འཇའ་ལུས་དོ་རྗེའི་སྐྱབ་རྟེས། རྒྱལ་  
 བ་སྟོ་བཟང་དོན་བྱུང་གིས་ཀྱང་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་  
 འཇུག་གི་སྐྱབ་རྟེས་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་ཆོན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྟོ་བཟང་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདིའི་བབ་བྲིད་  
 གནད་སྐབས་ཡང་ཡང་གསུང་ཞེས་བདག་གིས་སྒྲ་མ་བྱུང་པའི་དབང་ཐུག་  
 ཆེན་པོའི་ཞལ་ལས་དངོས་སུ་ཐོས་སོ།།

གསུམ་པ་མཇུག་ཏུ་རྗེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི།

༥ སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་ག་ཆོགས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཆོགས་ཞིང་

བསྐྱུས་ནས་དགའ་ལྡན་བཀའ་རྒྱུད་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་སློལ་ཕྱག་ཆེན་ཅ་  
བ་རྒྱལ་བའི་གཞུང་ལམ་འདོན་པར་མཛད། གཅིག་ཕུར་དམིགས་རྣམས་སྐྱོང་  
ཚུལ་ནི་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་བྱ་ཞིང་གཅིག་ཕུར་སྐྱོང་བའམ། ཆོགས་སུ་  
འདོན་པ་གང་བྱེད་ཀྱང་མཐུག་ཏུ་བཟང་པོ་སྐྱོད་པ་དང་། གསང་འདུས་སྟོན་  
ལམ་དང་། དགའ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྟོན་ལམ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྟོན་གནས་རྣམས་སུ་འདུན་པ་དྲག་པོས་བསྟོ་  
སྟོན་རྒྱས་པར་བྱ་བ་དང་། བསྐྱུ་ན།

འདི་ལྟར་བགྱིས་པའི་རྣམ་དཀར་དགེ་བ་ཡང་། །

དུས་གསུམ་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

མཛད་པ་སྟོན་ལམ་མ་ལུས་བསྐྱབ་པ་དང་། །

ལུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །

དེ་ཡིས་མཐུ་ལས་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་བདག །

ཐེག་མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །

ངེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་དང་། །

རིམ་གཉིས་ལམ་ཀྱི་བསྟོད་པ་མཐར་ཐིམ་ཞོག །

བདག་སོགས་རྣམས་ཀྱིས་དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་བར། །  
བགྱིས་དང་བགྱིད་འགྱུར་དགེ་བ་ཅི་བསགས་པ། །  
ཞིང་འདིར་རྗེ་བཙུན་ལྷ་མའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲ། །  
འགྱུར་མེད་དོ་རྗེ་ལྷ་བྱར་བཏུན་ཕྱིར་བསྟོ། །

སྒྲེ་བ་ཀྱན་ཏུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་། །  
འབྲུལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་འོངས་སྟོན་ཅིང་། །  
ས་དང་ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེ་གས་ནས། །  
དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྒྱུར་ཐོབ་ཤོག །

ཅེས་བསྟོ་སྟོན་བྱའོ། །དོ་རྗེ་འཆང་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
འདིར་བསྟོ་སྟོན་མཛད་ཚུལ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་སྟེ། བསྟོ་བ་སྟོན་ལམ་བྱ་  
ཚུལ་ལ་མདོ་སྟེ་ལས་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་  
ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་སྟོན་ལམ་འབྲུམ་སྤྲུག་བཙུ་ལ་སོགས་  
པ་སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྐྱུས་པ་ནི་བཟང་པོ་སྟོན་པའི་སྟོན་ལམ་  
ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། བཟང་སྟོན་ཀྱི་སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་  
བསྐྱུས་པ་ནི། འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོས་རི་ལྷོར་མཁྱེན་པ་དང་། །ཀྱན་ཏུ་བཟང་  
པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་ཀྱན་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྟོན་ཅིང་། །དགེ་



བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱལ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བསྟོ་བ་གང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུགས་པ་དེས། །བདག་གི་  
 དགོ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱང་། །བཟང་པོ་སྟོང་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་བསྟོ་བར་  
 བགྱི །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་གཉིས་པོ་འདི་ཡིན་པར་སྟོབ་དཔོན་ཟླ་བ་  
 གྲགས་པས་འབྲུག་པའི་རང་འགྲེལ་དུ་གསུངས། བཟང་སྟོང་གི་སྟོང་པོ་  
 ཆོགས་བཅད་དེ་གཉིས་ཀྱི་གནད་བསྐྱུས་ནས་གདམས་ངག་འདིར། །འདི་  
 ལྟར་བགྱིས་པའི་རྣམ་དཀར་དགོ་བ་ཡང་། །དུས་གསུམ་བདེ་ག་ཤེགས་སྐས་  
 བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །མཛེད་པ་སྟོན་ལམ་མ་ལུས་བསྐྱབ་པ་དང་། །ཞེས་  
 གསུངས། ཡང་ཇེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། རྒྱལ་སྐས་སྟོན་ལམ་གསུམ་ལྟར་  
 རྣམས་ནི། །དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་སྟོན་ལམ་ནང་འདུས་པར། །གསུངས་ཕྱིར་  
 དགོ་རྩ་ཇི་སྟོང་བསགས་པ་ནི། །ཀུན་གྱང་ཐུབ་བསྟན་རྒྱས་པའི་ཆེད་དུ་  
 བསྟོས། །ཚུལ་འདིས་བསམས་ཤིང་མདུན་མ་ལེགས་ནས་གདལ། །བཀའ་  
 རྒྱུ་ཆེའོ་ཇེ་བཅུན་མཁྱེན་པའི་གཏེར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བསྟོ་བ་སྟོན་  
 ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་བསྟོ་སྟོན་ཉིད་མཆོག་ཏུ་  
 བསྐྱུགས་པ་ལྟར། གདམས་ངག་འདིར་ཡང་། ལྷུང་རྟོགས་དམ་ཆོས་འཛིན་  
 པའི་རྒྱ་ཏུ་བསྟོ། །ཞེས་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་བསྟོ་སྟོན་མཛེད། ཡང་མདོ་  
 སྐགས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་  
 དུ་བསྐྱུས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འབྲུབ་པའི་སྟོན་ལམ་  
 བྱེད་པ་ལས་ལྷག་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་ཐུགས་གཏིང་

ནས་མཉེས་པར་འགྱུར་བའི་སྟོན་ལམ་ཡིན་པས། གདམས་ངག་འདིར་ཡང་  
 ཚུལ་དེ་མཛད་པ་ནི། དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ཆེ་རབས་ཀྱི་ཏུ་བདག་ཤེག་མཆོག་  
 འཁོར་ལོ་བཞི་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །དེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་  
 དང་། །རིམ་གཉིས་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་ཐྱིན་ཤོག་ཤེས་གསུངས། འཁོར་  
 ལོ་བཞི་ནི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས། མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་  
 དང་། །སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་ལ་ནི་བསྟེན་པ་དང་། །བདག་ཉིད་ལེགས་སྟོན་སྟོན་  
 ཡང་བསོད་ནམས་བགྱིས། །འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་བྲོད་ལ་མངལ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་སྟོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོ་རྩེ་འཆང་  
 སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་གསུང་དོ་རྩེ་འཆིག་བྱུར་རེ་རེས་ཀྱང་མདོ་  
 སྒྲགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོག་འཁྲོལ་བ་འདི་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་  
 པོ་ཉིད་པར་བྱའོ། །

## གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ངི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི།

༥ གདམས་ངག་འདིའི་གཞུང་ཉིད་ལས། སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་ཏུ་  
 གང་སྒྲུང་བདེ་སྟོང་གི་རང་བཞིན་ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་རྣམ་རྟེན་ཏུ་བལྟ་བ་སོགས་  
 བསྐྱེད་རྫོགས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་། ལམ་གྱི་རིམ་པའམ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་སྟོ་སྟོང་གི་གནད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་སྟོ་སྟོང་བ་རྣམས་ཡ་མ་  
 བྲལ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་བྱང་

ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྙིང་པོ་ངེས་འབྱུང་དང་། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་དང་།  
 ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་གསུམ་ལ་དྲན་ཤེས་ནར་མར་བསྟེན་བཞིན་པའི་ངང་ནས་  
 དབང་པོའི་སློ་སྟོམ་པ་དང་། ཟས་གྱི་ཚོད་རིག་པ་དང་། མི་ཉལ་བར་རྣལ་  
 འབྱོར་ལ་བཙོན་བཞིན་ཉལ་བའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། བྱུང་དང་ཁ་ཟས་གྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་ལ་བཙོན་པར་བྱེད་པ་རྣམས་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་  
 ལས་འི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་ཞིང་། ལམ་ཐུན་མོང་བའི་ཉམས་ལེན་དེ་དག་  
 ཚུལ་བཞིན་དུ་སྦྱོང་བ་གཞིར་བཞག་ནས། སྒྲགས་སྒྲ་མེད་གྱི་ཐུན་མཆོམས་  
 གྱི་ཉམས་ལེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་བྱ་ཚུལ་ནི།

དེ་ལྟར་ལམ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པ་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་གྱི་  
 ཉམས་ལེན་ལ་འབད་པས་ལུས་སེམས་དུབ་པར་གྱུར་ན་ངལ་བལོ་ཞིང་  
 ལུས་ཏྲས་པར་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་། དེའི་ཚུལ་ནི་འདུས་པའི་རྩ་  
 རྒྱུད་ལས། །མཐོ་གང་ཅ་མ་གྱིས་དཔགས་པར་ནི། །སྤྱི་བོར་དགྱེལ་འཁོར་  
 བརྟག་པར་བྱ། །ཨོ་ནི་དབུས་སུ་གནས་བསམས་ནས། །བདུད་རྩི་ལྷ་པོ་  
 དབབ་པར་བྱ། །རྫོ་རྗེའི་སྦྱོར་བ་འདི་ཡིས་ནི། །སྐད་ཅིག་གིས་ནི་གཞི་ཅན་  
 འགྱུར། །ལུས་དང་ངག་སེམས་བདེར་གནས་པར། །འགྱུར་བ་འདི་ལ་དོགས་  
 པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ལྟར་གསལ་བའི་སྤྱི་གཙུག་ནས་མཐོ་  
 གང་ཅ་མ་འཔགས་པའི་ནམ་མཁར་ཕྱ་ལས་སྒྲ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་འོད་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཅན་ཆ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་འོག་དུ་སྒྲ་བ་ལས་  
 བྱང་བའི་ཨོ་དཀར་པོ་འོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་མགོ་ཐུར་དུ་བསྟན་ནས་

ཡོད་པར་བསམས་པའི་ལྷ་བ་ཨོ་དང་བཅས་པ་ལས་འོད་ཟེར་སྤྱོད་པ་བཅུར་  
 འཕྲོས་པས། སྤྱོད་པ་བཅུད་མངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་རིགས་ལྔ་  
 ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྣམ་པར་སྦྱོན་བྲངས་ནས་ལྷ་བ་ཨོ་དང་བཅས་པ་ལ་བྲིམ། དེ་  
 ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱུན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་བ་རང་གི་སྦྱི་བོ་ནས་ཞུགས་  
 པས། རང་ལྟར་གསལ་བའི་སྦྱི་བོ་ནས་རྒྱང་མཐིལ་གྱི་བར་གྱི་ལུས་ཐམས་  
 ཅད་གང་། སངས་རྒྱས་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་དབང་བསྐྱར་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཐོབ་  
 པས་ལུས་སེམས་ལ་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་སྦྱེས། ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་  
 རྒྱས། ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཕེལ་ཞིང་འཆི་  
 མེད་ཆེའི་དངོས་བྱུང་ཐོབ་པར་བསམས་ཤིང་། ཁ་སྦྱོར་བྱམ་པ་ཅན་ཅུང་ཟད་  
 འཛིན། འདི་རྒྱུན་དུ་གོམས་པར་བྱས་ན་ལུས་སྟོབས་རྒྱས་ཤིང་སྐྱོད་ཀྱི་དང་  
 གཏེར་མ་སོགས་མི་འབྱུང་བ་དང་། གཞོན་ཤ་དང་ལྡན་པ་དང་། དག་སྦྱོར་ལ་  
 སྦྱོ་བྱུགས་ཆེ་ཞིང་ལུས་མི་ངལ་བ་དང་། ཆེ་རིང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕན་ཡོན་  
 མང་དུ་གསུངས་སོ། །

གཞན་ཡང་ཟས་ཅུང་ཟད་ཞུ་བའི་འོག་ཏུ་སྟེ་བའི་ཁ་སྦྱོར་བྱམ་པ་ཅན་  
 ཅུང་ཟད་རེ་བཟུང་ན་ཟས་འཇུ་ཞིང་ནད་མི་སྦྱེད་པ་དང་། དེ་ཡུན་དུ་གོམས་  
 པ་ལས་ཆེ་རིང་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་མང་དུ་གསུང་། དེ་དག་ནི་དག་སྦྱོར་  
 ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་སྦྱོང་བའི་ཆེ་ལུས་སེམས་དུང་བ་གསོ་ཞིང་ལུས་རྟོས་པར་  
 བྱེད་པའི་ཐབས་ཡིན་ལ། ཐུན་མཆོམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་ཐུན་མོང་  
 མིན་པའི་དབང་པོའི་སྟོ་སྟོམ་ཚུལ་ནི། རང་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་

རྫོ་རྩེ་འཆང་ཡབ་ཡུམ་གྱི་ང་རྒྱལ་ལ་གནས་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ཐ་མལ་གྱི་  
 སྒྲང་ཞེན་བཀག་སྟེ། དབང་པོ་དྲུག་གི་ཡུལ་དུ་གང་སྒྲང་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་  
 དང་སྟེའི་རྣམ་པར་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ཡང་ཐོག་མར་གང་སྒྲང་ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་གོམས་ནས་གང་སྒྲང་  
 ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ། དེ་ལ་གོམས་  
 རྣམ་ཡུལ་སྒྲང་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས་སྟེའི་རྣམ་རོལ་དུ་འཆར་བ་  
 ལ་བསྐྱབ་པོ། །གང་སྒྲང་ཐམས་ཅད་སྟར་འཆར་བ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་དེ་ནི་འདུས་  
 པའི་ཅ་རྒྱུད་ལས། གཟུགས་སྐྱེ་མོགས་སྒྲགས་པ་ཡིས། །སྟེ་ཉིད་དུ་ནི་ཏྲག་  
 ཏུ་སྟོམ། །ཡང་ན་དེ་ལ་སྟོམ་པ་ནི། །རིགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རྣམ་པར་སྟོམ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་རྣམ་སྒྲང་དང་།  
 སྐྱའི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་རིན་འབྱུང་དང་། སྤེའི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་  
 ཐམས་ཅད་འོད་དཔག་མེད་དང་། རོའི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་དོན་གྲུབ་  
 དང་། རེག་བྱའི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་མི་བསྐྱོད་པར་བཏུ་ཞིང་སྟེ་  
 དང་དེའི་རྣམ་པར་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ། དེ་དག་ལ་ཡང་ནང་གསེས་ཀྱི་རིགས་  
 བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་མང་བས་འཛིགས་ནས་མ་གྲིས་  
 སོ། །ཡང་རེས་འགའ་དབང་པོ་དྲུག་གི་ཡུལ་དུ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་མཆོད་  
 པའི་སྟེ་མོར་བཏུས་ནས་རང་རྫོ་རྩེ་འཆང་དུ་གསལ་བ་ལ་མཆོད་པའི་མོས་  
 པ་སྟོང་། དེ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་གཟུགས་རྫོ་རྩེ་  
 མ་དང་། སྐྱ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་རྫོ་རྩེ་མ་དང་། སྤེ་ཐམས་ཅད་སྤེ་རྫོ་རྩེ་མ་དང་། རོ་



ཐམས་ཅད་རོ་རྩོ་རྩོ་མ་དང་། རེག་བྱ་ཐམས་ཅད་རེག་བྱ་རྩོ་རྩོ་མ་དང་། ཡིད་  
 ཡུལ་དུ་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་ཆོས་དབྱིངས་རྩོ་རྩོ་མར་བསྟུས་ནས་རང་རྩོ་  
 རྩོ་འཆར་དུ་གསལ་བའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་ལ་མཆོད་པ་  
 བྱེད་པར་བསམས་ལ་བདེ་སྟོང་གི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བསྐྱུར་རོ། ། ཚུལ་  
 འདི་དག་ནི་གསང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་གསང་བ་སྒྲུ་མེད་ཀྱི་སྟོང་པོ་བྱུང་ཆེན་  
 རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ཉོགས་མེད་ཀྱང་སྒྲུ་མེད་  
 ཀྱི་དབང་ཐོབ་པའི་རྩོ་ས་སྟུ་འདི་ལྟ་བུའི་ལམ་བཟུང་མོ་ལ་སྟོན་ལམ་གདབ་  
 དགོས་པར་རྩོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཡང་ཡང་གསུངས་སོ། ། གཞན་ཡང་  
 འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྟོང་ལམ་ཐམས་ཅད་ཐ་མལ་པར་མི་གཏང་བར་  
 སྒྲུ་མེད་ཀྱི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ཡང་རང་  
 གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་ང་རྒྱལ་བརྟན་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འགྲོ་འཆག་  
 ཉལ་འདུག་གི་སྟོང་ལམ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་ཕྱག་རྒྱའི་རྣམ་པར་འཆར་ཅི་བྱུང་དང་།  
 རག་གི་སྒྲུ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲགས་སྟུ་འཆར་ཅི་བྱུང་ལ་བསྐྱུར། དེ་ལྟར་གོམས་  
 རས་ལམ་མཐོན་པོར་སོང་བ་ན་ལུས་རག་གི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲགས་དང་  
 ཕྱག་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། འདུས་པའི་ཕྱོགས་མཐུན་ཀྱི་རྒྱུད་རྩོ་རྩོ་  
 སྟོང་པོ་རྒྱན་ལས། མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་འདུག་ན། ། ལུས་ཀྱི་རི་ཅམ་  
 བསྟོང་པ་དང་། ། ཆོག་རྩ་རབ་རྩ་འཕྲོ་བ་རྣམས། ། དེ་དག་སྒྲགས་དང་ཕྱག་  
 རྒྱར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཟས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཐུན་མོང་མིན་པ་བྱེད་ཚུལ་ནི། བཟའ་བརྟུང་གང་

བྱེད་ཐམས་ཅད་ཤ་ལྷ་དང་བདུད་ཅི་ལྷར་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ལ་རང་ལྷར་  
གསལ་བ་ལ་མཆོད་པ་འབྱུལ་བའི་མོས་པ་བྱ་བ་དང་། སྐྱབ་ཐབས་མདོར་  
བྱས་ལས་གསུངས་པ་ལྷར། ལྷ་དང་། མགྱིན་པ་དང་། སྙིང་ག་རྣམས་སྦྱངས་  
ཤིང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ལག་པ་དགང་གཟར་སྒྲགས་དང་། བཟའ་བཏུང་  
སྟེག་རྩལ་སྤྱོད་མོས་ཏེ་ནང་གི་སྦྱིན་སྟེག་གི་སྦྱོན་ས་ལོངས་སྦྱོད་པ་དང་། གཙུ་  
བོར་བཟའ་བཏུང་གང་བྱེད་སྙིང་དབུས་སྤྱོད་སྒྲ་མ་ལྷ་ལ་མཆོད་པར་བསམས་  
ནས་ལོངས་སྦྱོད། དེ་ལྷར་བྱས་ན་ཡོན་སྦྱོང་ཞིང་བྱ་ལོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་  
དང་། བཟུང་བཏུང་གང་བྱས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་གསོག་པའི་ཐབས་སྤྱོད་  
འགྱུར་བ་སོགས་པན་ཡོན་མང་པོ་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་གྱི་གཞུང་རྣམས་ལས་  
གསུངས། དེ་བཞིན་དུ་གོས་གྲོན་པའི་ཆེ་ནའང་སྒྲ་མ་ལྷ་ལ་འབྱུལ་བའི་མོས་  
པ་བྱ། འདི་དག་ལ་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་ནས་རོལ་བ་གསུམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
བཤད་དེ། དེ་ནི་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་གའི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ལ། འདིར་སྒྲ་མེད་གྱི་  
ཐུན་མོང་མིན་པ་བསྐྱེད་རྫོགས་དང་འབྲེལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཤེས་པར་  
བྱས་ནས་སྦྱོང་། དེ་ལྷར་གོམས་ན་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཀྱིས་ཆེ་དོན་མེད་དུ་  
འདའ་བ་དུ་མ་ཞིག་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་ནས་དོན་ཆེན་པོ་བྱེད་  
པས། སྐྱབ་པ་སྙིང་པོར་བྱ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྡོ་རྗེ་འཆང་གི་བཅས་པ་འདི་  
དག་གནད་ཆེ་བར་གཟུང་ངོ་།།

ཉལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི། རགས་པ་ཉེར་ལྷའི་ཐེམ་  
རིམ་གྱི་སྦྱོན་ས་སྦྱང་བ་བསྐྱུས་ཏེ་བདེ་ཆེན་འོད་གསལ་གྱི་ངང་དུ་གནས་པའི་

མོས་པ་བྱ་སྟེ། གཉིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བསྐྱོམ་པའོ།

ལྷ་མ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི།      སྟོང་པའི་རྣལ་འབྱོར་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་དོ་རྩེའི་སྒྲ་དབྱངས་དང་རྒྱ་མ་རུའི་སྒྲ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་འོད་  
གསལ་ལས་སྟེའི་སྒྲར་ལྷ་མ་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །

ཁུས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཐུན་མོང་མིན་པ་ནི་སྒྲུན་མ་ལ་སོགས་པ་དང་  
གཟུགས་དོ་རྩེ་མ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་  
དང་རོལ་མོའི་སྒྲ་དང་བཅས་བྱམ་ཆུས་དབང་བསྐྱར་བའི་མོས་པ་བྱའོ། །གོང་  
དུ་བཤད་པའི་ཐུན་མཆོམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དེ་དག་ཀྱང་སྦྱིར་སྟོམ་པ་གསུམ་  
ཀྱི་བཅས་མཆོམས་ལ་བྱན་ཤེས་བསྟེན་ཅིང་། ལྷག་པར་སྒྲགས་ཀྱི་དམ་ཆིག་  
དང་སྟོམ་པ་རྣམས་ལ་བྱན་ཤེས་བསྟེན་པ་གཞིར་བཞག་ནས། དེའི་ཡན་ལག་  
ཏུ་འབྱེད་ཤེས་པ་དགོས་ཀྱི།      དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་ལ་གཅེས་སྒྲས་བྱེད་  
པ་དོར་ཏེ་སྟེའི་གསལ་སྒྲ་དང་རྒྱལ་ཅམ་ཞིག་ལ་རེ་བ་ནི།      ཅ་བ་ཐོར་ཏེ་  
ཡལ་ག་འཆོལ་བ་ལྟར་ས་སྟོད་ཤིན་ཏུ་ཆུང་གསུང་ངོ། །དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་  
པ་རྣམས་པར་དག་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་བསྐྱེམས་ནས་འབད་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་མང་  
བ་སོགས་ཀྱིས་དམ་ཆིག་ཉམས་ཆགས་བྱུང་ན་དེ་མ་ཐག་གསོ་བའི་ཐབས་  
ལ་འབད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཅ་ལྷ་མོ་ཐོག་ན་ནི་བཤགས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ།  
ལྷ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་དབང་ཁུ་བ་དང་། ཡུལ་དུས་ཀྱིས་དེ་མ་གྲུབ་  
ན་བདག་འཇུག་གི་སྟོན་ནས་གསོ་དགོས་ལ། བཟའ་བ་དང་། བསྐྱེད་པ་དང་།  
བསྟེན་པའི་དམ་ཆིག་ཉམས་པ་གཞན་རྣམས་གསོ་བ་ལ་རྒྱུད་དང་གྲུབ་ཆེན་

གྱི་གཞུང་རྣམས་ལས་ཐབས་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། དགྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་ཅིང་  
 མཆོད་ནས་གསོ་བ་དང་། དཔའ་ཐོའི་སྟོན་མོའི་སྟོན་གསོ་བ་དང་། གཏོར་  
 མའི་ཆོ་གའི་སྟོན་གསོ་བ་དང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཐབ་མོ་བསྐྱག་པའི་  
 སྟོན་སྦྱོང་བ་དང་། ལྷས་དང་གཟུངས་སྒྲགས་ཐབ་མོའི་བཟླས་བརྗོད་ལ་  
 བཏེན་ནས་སྡིག་ལྷུང་སྦྱོང་བ་དང་། ངན་འགོ་དགྲ་ག་བྲལ་གྱི་ཆོ་གའི་སྟོན་  
 སྦྱོང་བ་དང་། ཟ་བྱེད་མཁའ་འགོའི་སྦྱིན་སྲེག་གི་སྟོན་སྦྱོང་བ་དང་། རྡོ་རྗེ་  
 སེམས་དཔའི་སྟོམ་བཟླས་ཀྱི་སྟོན་སྡིག་སྦྱིབ་སྦྱོང་ཞིང་དམ་ཆིག་གསོ་བ་  
 དང་། དམ་ཆིག་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པའི་སྟོན་གསོ་ཞིང་སྦྱོང་བ་སོགས་མང་  
 དུ་གསུང་། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱོང་ཐབས་ཕྱི་མ་གསུམ་པོ་དེ་དང་།  
 དགྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་མཆོད་ཀྱི་སྟོན་སྦྱང་བ་རྣམས་གལ་ཆེ་བར་གསུང་། རྡོ་  
 རྗེ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་བཟླས་ཀྱི་སྟོན་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་འབྲུམ་བཟླས་ན་ཙུ་  
 ལྷུང་ཡང་སྦྱོང་བ་དང་། ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་རེ་བཟླས་ན་སྡིག་ལྷུང་གི་འཕེལ་  
 ཁ་གཅོད་པར་གསུང་། དམ་ཆིག་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་ནི། འདུས་པའི་ཙུ་རྒྱུད་  
 དང་གཞུང་མང་པོ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་ལ་དམ་ཆིག་  
 རྡོ་རྗེའི་སྟོན་ཞེས་བ་དང་། དམ་ཆིག་འགྲུགས་པའི་སྟོན་ཞེས་བ་དང་། དམ་ཆིག་  
 གྲུབ་པ་གདོན་མི་ཟ་བ་ཞེས་བ་སོགས་དམ་ཆིག་ཉམས་ཆགས་སྦྱོང་བ་ལ་  
 ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་པའི་སྟོན་གསུངས་ཤིང་། དམ་ཆིག་རྡོ་རྗེའི་བཟླས་པ་བྱེད་  
 ཚུལ་ནི་རང་ཡི་དམ་དུ་གསལ་བའི་སྤྱགས་ཀར་སྟོམ་ཆོགས་བརྒྱ་དང་ཟླ་བའི་  
 དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟོང་དུ་སྒྲ་ལས་རལ་གྱི་ཆངས་གཟུང་ལ་སྒྲས་མཆོན་པ། དེ་



ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ལས་དམ་ཆིག་དོ་རྩེ་སྐྱ་མདོག་ལྡང་ཁུ་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་  
 དྲུག་པ་ཡུམ་བཅས་བསྐྱེད་ལ་གནས་གསུམ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། ཡེ་ཤེས་པ་  
 སྐྱོན་དངས་ནས་བསྟེམ། དབང་བསྐྱར་ཡབ་ལ་མི་བསྐྱེད་པ་དང་ཡུམ་ལ་དོན་  
 གྲུབ་གྱིས་རྒྱས་གདབ། དེའི་ཐུགས་ཀར་ལྷ་བའི་སྟོང་དུ་སྐྱ་ཆོགས་དོ་རྩེའི་  
 སྟེ་བར་རྩ་ལྡང་ཁུ་སྐྱགས་སྟེང་གིས་བསྐྱོར་བར་བསམས་ལ། ཚི་ལྷ་སྐྱ་རྩྭ་རྩི་  
 ཀ་རྩ་རྩྱུ། ཞེས་པའི་སྐྱགས་བརྒྱ་སྟོང་སོགས་ཅི་རུས་སུ་བརྒྱ་ཞིང་། སྐྱགས་  
 ས་ཐོན་དང་བཅས་པ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་བབས་པས་རང་གི་ལུས་ཐམས་  
 ཅད་གང་། དམ་ཆིག་ཉམས་ཆགས་ཐམས་ཅད་དབང་པོའི་སྟོང་དང་བ་སྐྱའི་  
 ཐུག་ཐམས་ཅད་ནས་ནག་ཉིལ་ཉིལ་འཐོན། ལུས་དྲངས་གསལ་འོད་གྱི་རང་  
 བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར། ཟག་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོས་ཆིམ་པར་བསམ་མོ། །ཟ་བྱེད་  
 མཁའ་འགྲོའི་སྐྱིན་སྟེག་ཀྱང་ཕྱག་ལེན་མཐོང་བ་རྒྱུད་པ་ལྟར་བྱའོ། །གཞན་  
 ཡང་བསག་སྐྱུང་གི་སྟོང་དུ་མ་ལ་འབད་པ་དང་། གདམས་པ་འདིའི་ལམ་གྱི་  
 གནད་རྣམས་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ལ་བལྟ་བ་  
 དང་། ལམ་འདི་སྟོན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལས་གདམས་པ་ཡང་ཡང་  
 ཉན་པ་དང་། ལམ་འདི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གྲོགས་བྱེད་པར་ཅན་དང་རྟག་ཏུ་  
 འགྲོགས་ཤིང་། ལམ་འདི་ལ་མོས་པ་མེད་པ་དང་གྱིན་རྒྱབས་ཉེ་བརྒྱུད་གྱི་ལྷ་  
 མ་རྣམས་ལ་དམ་ཆིག་གི་སེལ་ཡོད་པ་སོགས་གྲོགས་ངན་སྟོང་བ་ཤིན་ཏུ་  
 གལ་ཆེ་བ་སོགས་ལམ་འདི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་མཐའ་དག་ལ་འབད་  
 དགོས་ཏེ། དགོ་བཤེས་དོལ་བའི་ཞལ་ནས། ཞར་ལ་ཆོགས་གསོག་པ་དང་



སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་། ལྷ་དང་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་རུས་ཤིང་དང་བཅས་  
ནས་ནན་ཏན་གྱིས་བསམས་ན། ལོ་བརྒྱར་མི་སྒྲེ་སྒྲུམ་པ་ཞིག་ཀྱང་འདུས་  
བྱས་སོན་མི་སྒྲོད་པས་ཅི་ཞིག་ལྟར་སྒྲེ་བ་ཡིན། ཞེས་གསུང་ལ། རྗེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱིས་གདམས་པ་འདི་གནང་  
བའི་ཆོ། སྒྲ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་  
པ་དང་། བསག་སྦྱང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་འབད་པ་དང་། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལ་  
དཔྱོད་པ་རྣམས་གསུམ་སྒྲིལ་དུ་བྱས་ནས་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་ཉམས་སྦྱེལ་ལེན་  
དགོས་ཞེས་གདམས་པ་ལྟར། བཀའ་རྒྱུད་འདིའི་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཕྱག་  
ལེན་དེ་བཞིན་དུ་མཛད་པས། དགའ་ལྷན་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་བཟང་འཛིན་  
པར་འདོད་པ་རྣམས་གྱིས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི་ངེས་པ་  
བཅུལ་ནས་རྣམ་ཐར་འབྱོངས་པ་དགོས་ཀྱི། བོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་པ་འགའ་  
ཞིག་གི་རྗེས་སྦྱེལ་བྱངས་ནས་སྒྱུབ་པ་བྱེད་པ་ལ་རང་གི་སེམས་འདུལ་བ་  
མ་གཏོགས་གཞུང་ལ་བལྟ་བ་སོགས་སྒྲོས་པ་བྱ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་སྒྲུལ་ན་ནི།  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་གདམས་  
པའི་མཆོག་ཏུ་མ་སོང་བར་ཕྱིའི་ཆོག་གི་སྒྲོས་པ་ཅུ་སོང་བ་ཡིན་པས་རྗེ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཀའ་རྒྱུད་འདི་ལ་གནས་མ་ཡིན་པའི་ལོག་ཏོག་ཏུ་  
འགྱུར་གསུང་ངོ་། །

གཞན་ཡང་གདམས་ངག་འདི་ལ་ཉམས་ལེན་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པ་རྣམས་  
གྱིས་ཐུན་མཆོམས་སྦྱེལ་ཡང་གང་སྒྲིང་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ལྟའི་གསང་གསུམ་གྱི་

རྒྱལ་རྒྱལ་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་། བྱ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་སྤྱིང་དབུས་ཀྱི་སྒྲུ་  
 མ་དབང་པོར་བཞག་སྟེ་བྱེད་པ་དང་། ཡུལ་སྤང་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་མཆོད་པའི་  
 ཐབས་སུ་ཅི་འགྱུར་བྱེད་པ་སོགས་སྤུན་དངོས་གཞི་ལ་བསྐྱུངས་པའི་སྒྲུ་མའི་  
 རྒྱལ་འབྱོར་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དོ་རྩེ་འཆར་སྒོ་  
 བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་གདམས་ངག་དོ་རྩེའི་ཆོག་ལྟ་བུ་  
 སྒྲུ་མ་མཆོད་པའི་ཆོ་གའི་མན་ངག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུ་  
 ར་འདི་ཡིན་ཏེ། དམ་པའི་མགོན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོག་མར་ལམ་སྤུན་མོང་བ་  
 ལ་སྐྱུངས་ནས་རྒྱུད་ལ་མོས་པ་ཐོན་ངེས་ཤིག་བྱ། དེ་ནས་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་  
 ཡིད་ཆེས་ཆེར་བསྐྱོད་དེ་འཆར་རྒྱ་བ་ལ་རིངས་པ་ན་དབང་རྒྱལ་པར་དག་པ་  
 ཞིག་ཐོབ་པར་བྱས་ལ། དབང་དུས་སུ་ཁས་སྤངས་པའི་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་  
 བ་བསྐྱུང་བ་གཞིར་བཞག་ནས་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱར་ལམ་བསྒྲོམ་པ་ལ་སྒྲུ་མའི་  
 རྒྱལ་འབྱོར་ལམ་ཀྱི་སྒོག་དུ་བྱེད་དགོས་པས། དག་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་  
 ངང་ནས་སྤུན་མོང་དང་སྤུན་མོང་མིན་པའི་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་  
 འཁུལ་ངེས་ཤིག་བྱ། དེ་ནས་རིམ་པ་དང་པོའི་རྒྱལ་འབྱོར་བསྒྲོམ། དེ་ནས་  
 སྒོད་བཅུད་དང་མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། དེ་ནས་ཆོགས་ཞིང་གསལ་  
 བཏབ་ལ་སྐྱབས་གསུམ་མ་ལུས་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་མོས་པ་བརྟན་  
 པོའི་སྒོ་ནས་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུལ་དང་བཅས་པས་མཆོད་ཅིང་། དེ་  
 དག་གི་སྐྱབས་སུ་གང་སྤང་ཐམས་ཅད་བདེ་སྤྱོད་གི་རང་བཞིན་དུ་ལྟ་བཞིན་  
 པའི་ངང་ནས་སྒྲུ་མའི་ཀྱི་སྤུན་མོང་མིན་པའི་ངེས་དོན་བྱུང་པར་ཅན་ཡང་དང་།

ཡང་དུ་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་བྱའོ། །དེ་ནས་བཀའ་ངིན་  
གསུམ་ལྟན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ལ་གསོལ་འདེབས་བརྒྱ་  
ཅ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་ཅིང་། ཡོན་ཏན་ཁྱད་  
པར་ཅན་རྣམས་བསམ་བ་དང་། བཀའ་ངིན་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་དན་པའི་སྒྲོ་ནས་  
གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ལ་རྒྱན་རིང་བ་བཏབ་སྟེ་དབང་བཞིའི་བྱིན་རྒྱལས་  
ཞུས། དེ་ནས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་བསྐྱལ་བའི་མཆོན་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་རྒྱན་  
རིང་དུ་བྲ། དེ་ནས་སྒྲ་མ་ལྟོ་ཆོགས་སྒྲོ་མ་བཞིན་པའི་དང་ནས་མདོ་སྒྲགས་  
གཉིས་ཀའི་ལམ་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་ཤར་སྒྲོ་མ་བྲ་སྟེ། ཐོག་མར་  
ལམ་ཀྱི་ཅ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུ་ལ་ལ་ཤར་སྒྲོ་མ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དད་  
གུས་ཤུགས་དྲག་བསྐྱེད་ལ་ལམ་ཀྱི་ཅ་བ་ཚུགས་པ་ཞིག་བྲ། དེ་ནས་དལ་  
འགྱུར་དོན་ཆེ་ཞིང་རྟེན་དཀའ་བ་དང་རིང་དུ་མི་གནས་པའི་ཚུ་ལ་བསམས་ཏེ་  
ཆེ་འདི་ལས་སྒྲོ་ལོག་པ་ཞིག་བྲ། དེ་ནས་སྐྱབས་འགྱོ་ལས་འབྲས་བསམས་ཏེ་  
སྤྱི་མའི་དོན་ལ་འབད། དེ་ནས་འཁོར་བ་སྤྱིའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམས་ཏེ་སྤྱི་  
པ་མཐའ་དག་ལས་སྒྲོ་ལོག་པ་ཞིག་བྲ། ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
ཐར་པའི་ཐབས་ལ་བསྐྱབ། དེ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་  
བ་དང་གཞུང་ཤིང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་ཅ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད། དེ་ནས་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྒྱལས་པོ་ཆེ་མཐའ་  
དག་གི་གནད་བསྐྱས་པ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་སྒྲོ་བ་ཅིང་། ཁྱད་པར་ཟབ་

མོ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་ལ་སྦྱོང་ཞིང་སྦྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་སྟོན་ལམ་ཤུགས་དག་  
 ཏུ་གདབ་བོ། །དེ་ནས་དབང་རྣམ་པར་དག་པས་སྒྲགས་ལམ་བསྟོམ་པ་ལ་  
 སྟོན་རུང་དུ་བྱ་བ་དང་། སྟོན་དུ་གྱུར་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་དག་པར་བྱ་  
 བ་གཞིར་བཟུང་ནས་རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབས་པས་རྫོགས་  
 རིམ་ཡོངས་རྫོགས་སྦྱེ་བའི་དགོ་ཙ་སྟོན་པ་ཞིག་བྱ། དེ་ནས་ལམ་རིམ་པ་ལྷ་  
 ལ་རིམ་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་བྱང་འཇུག་གི་བར་ལ་སྟོབ་ཅིང་ལམ་དེ་དག་སྦྱར་  
 དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་སྟོན་ལམ་ཤུགས་དག་ཏུ་གདབ་བོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་དེ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་གདུལ་བྱས་སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་བྱང་གཅིག་  
 ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་ཐབས་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་ཡིན་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུའི་གདུལ་  
 བྱ་མཆོག་མིན་ཡང་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་དེ་དག་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་  
 དང་སྟོན་ལམ་ངེས་པར་གདབ་དགོས་ཏེ། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ཐོགས་  
 མེད་ཀྱིས་ས་སྟེ་རྣམས་སུ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་སྤྲ་མོ་ངེས་ཆོག་ཤེས་མི་བྱ་  
 པར་ལམ་གྱི་ལུས་རྫོགས་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཚུལ་ཡང་ཡང་དུ་གསུངས་  
 ཤིང་། ལྷག་པར་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་དང་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་  
 དགོངས་པའི་མཐེལ་ལམ་གྱི་ལུས་རྫོགས་པ་ལ་སྟོབ་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། འབྲོམ་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བཞི་ལམ་གྱིས་འབྱེད་ཤེས་  
 པ་ངའི་སྒྲུ་མའི་བཀའ་རྒྱུད་མིན་པ་མེད། ཅེས་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་འདི་རྫོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་བོད་དུ་བྱོན་པའི་བཀའ་དྲིན་ཁོ་ན་ལས་  
 བྱུང་བར་གསུངས། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་པའི་མཐེལ་



ཡིན་པ་ནི་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ལས་ཡང་ཡང་འབྱུང་སྟེ། རིམ་ལྔ་  
 གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་འབྲས་བུ་  
 ཟུང་འཇུག་གི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ། ལམ་  
 ཀྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རེ་ལ་གོ་བ་ལེགས་པོར་ཆགས་ནས་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པ་ནི་ལམ་རྫོགས་པར་བསྐྱོད་པའི་གཞི་ཆང་བར་བེདས་པ་ཡིན་པས་  
 གཞན་དང་མི་འདྲ་ལ། ཞེས་གསུངས། རྗེ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་ལས་ཀྱང་། ལམ་ལ་ཐོག་མར་སློབ་པ་ནས་མཐར་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་  
 ཚུལ་གྱི་བར་ཡོངས་རྫོགས་གསུངས་པའི་མཐར། དེ་ལྟར་ན་ཐོག་མར་ལམ་  
 ཐུན་མོང་བ་ལ་སྦྱངས་ནས་རྒྱུད་འོས་སུ་གྱུར་པ་ན་སླ་མ་མཉེས་པར་བྱས་  
 ཏེ་རྣམ་པར་དག་པའི་དབང་ལམ་ཐབ་མོའི་རྟེན་དུ་སྦྱབ་པར་བྱས་ཏེ་ཤེས་པ་  
 སྒྲངས་ནས་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་གཟུང་། དེ་ནས་སྐབས་དེ་དང་གཞན་དུ་  
 སྒྲངས་པའི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་ལ་གཅེས་སྦྱས་སུ་བྱས་ཏེ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུང་བ་  
 གཞིར་བཞག་ནས་ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་རིམ་པ་དང་པོ་བསྒྲོམས་  
 ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་སྟེ་བའི་དཔེ་དུ་སྟོན་པར་བྱ། དེ་  
 ནས་རྫོགས་པའི་རིམ་པ་བྱུང་བར་ཅན་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་ཟུང་འཇུག་  
 གི་སྦྱ་བསྐྱབས་ན་མདོ་སྟེ་དང་རྒྱུད་སྟེ་མཐའ་དག་གི་གནད་རྣམས་གང་ཟག་  
 གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱེན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ངེས་པ་བརྟེན་ནས། ཐུབ་པའི་  
 བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རང་གིས་འཛིན་ཅིང་། གཞན་ལའང་སྟེལ་བྱས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཉམས་མགྱུར་དུ་ཡང་། དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་



འབྲས་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི། །ལམ་མཆོག་གཉིས་ཀར་དགོས་པའི་ཐུན་མོང་  
ལམ། །རི་བཞིན་བསྐྱེད་ནས་མཁས་པའི་དེད་དཔོན་གྱི། །མགོན་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྒྱུད་སྒྲུའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེད། །ཞུགས་ནས་ཡོངས་རྫོགས་མན་ངག་བསྟེན་  
པ་དེས། །དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་དང་ལྡན་པར་བྱས། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་  
ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས། །ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་འཆལ་  
ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་དངོས་སུ་མན་ངག་ཞུས་ཀྱང་  
སྒར་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་ལྷག་པ་གསུང་དུ་མེད་པས། སློ་གྲོས་དང་  
ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་རྗེ་འཆང་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མན་ངག་  
མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཆང་བ་འདི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་ཐུགས་ཀྱི་བརྩུད་ལྷུང་བའི་མན་ངག་ཡིན་པར་གཏིང་ནས་ཡིད་ཆེས་  
བྱའོ། །མན་ངག་འདི་ལ་ནི་རྗེ་རྗེ་འཆང་སློ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་ཀྱང་བསྒྲགས་པ་ཆེན་པོ་མཛད་དེ། གདམས་ངག་འདིའི་གཤམ་དུ། དེ་  
ལྟར་ཞག་རེ་བཞིན་རྒྱུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱས་ན་མདོ་སྒྲགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྙིང་པོ་ཉམས་སུ་སྤང་པར་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ཕྱིའི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རྩ་བ་བརྟན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། མདོ་རྒྱུད་དམ་པའི་མན་  
ངག་འོ་མའི་མཆོ། །རྣམ་དཔྱེད་ས་འཛིན་དབང་པོས་བསྐྱབས་པ་ལས། །སྟོན་  
མེད་ལེགས་བཤད་བདུད་རྩིའི་ཀ་ལ་ཤ། །སྐལ་བཟང་ལེགས་བྲིས་ཆོགས་  
ཀྱི་ཉེར་འཆོར་བྱུག། །གང་འདི་གུས་ལྡན་སློབ་མ་མཐའ་དག་གི། །སྙིང་ལུན་

མ་ལུས་སེལ་བའི་སྒྲོན་མེ་དང་། །འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་བའི་དགོ་  
ལེགས་ནི། །མཐའ་དག་སྐྱར་དུ་འགྲུགས་བའི་ལྷགས་རྒྱུང་ཡིན། །ཞེས་  
མདོ་སྒྲགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པ་དང་། འདིའི་གནད་ཤེས་  
ནས་ཉམས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཛད་པ་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཉམས་སྤྱོད་བར་  
འགྲུབ་པ་དང་། སྐྱར་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྐྱར་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྱིད་  
བའི་ཐབས་མཆོག་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ལྟ་བུའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་  
པ་ལ་ཐ་ན་སྒྲོན་ལམ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་འབད་དགོས་པ་ནི། བཤད་རྒྱུ་དོན་རྗེ་  
སྤེང་བ་ལས། རྣལ་འབྱོར་པས་ནི་འདི་ལ་འབད། །ཅེས་དང་། འདུས་པ་ཡེ་  
ཤེས་ཞབས་ལྷགས་ཀྱི་གཞུང་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་ལས་ཀྱང་། མཆོག་  
གི་དེ་ཉིད་རབ་གསང་གསང་། །སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཀྱང་ཐ་ན་འགྲུབ། །སྐྱབ་  
པ་ལ་ནི་ཤིན་ཏུ་འབོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །ལམ་ཡོངས་རྫོགས་འདི་དག་  
ལ་སྒྲོབ་བའི་ཆེ་ལམ་འོག་མ་འོག་མ་ཉམས་སྤྱོད་ལེན་བའི་ཆེ་གོང་མ་གོང་མ་  
རྣམས་ལ་ཐོབ་འདོད་ཆེར་འགོ་བ་ཞིག་དང་། གོང་མ་མཉན་བའི་ཆེ་འོག་མ་  
ལ་བསྐྱབ་འདོད་ཆེར་འགོ་བ་ཞིག་དགོས་གསུང་། གཞན་ཡང་འདི་ཉམས་སྤྱོད་  
ལེན་བའི་ཆེ་བཀའ་གདམས་སྒྲོ་སྒྲོང་ལས། བརྟག་དབྱེད་གཉིས་ཀྱིས་མཐར་  
བར་བྱ། །ཉོན་མོངས་གང་ཆེ་སྒྲོན་དུ་སྦྱང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉོག་པ་  
སྦྱང་པོས་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡང་བརྟགས་ནས་ཉམས་སྤྱོད་ལེན་དགོས་ཤིང་། དེ་  
ཡང་བཤེས་གཉིན་ལ་གྲུས་པ་ཆུང་བར་སྦྱང་ན་ལེགས་ཆོགས་ཀྱི་རྩ་བ་ཆད་  
པས་དགོ་སྦྱོར་ལ་འབད་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་ས་སྦྱོད་མི་འབྱུང་བས། ཡོན་ཏན་

དང་བཀའ་ཤིན་ཏུ་བའི་སྟོན་པ་གསལ་འདེབས་ལྷགས་ཏུ་བྱ་བའི་སྒྲུབ་  
 མའི་རྣམ་འབྱོར་ཉིད་ལ་ཅུ་ལྟ་བུ་འདོན། །ཡང་གཉེན་ཉིད་རང་ལྷུ་ལ་གྲ་རོགས་  
 གྲོགས་མཆོད་བཟའ་བཏུང་སོགས་ལ་ཆགས་ཞེན་གྱིས་ཆེ་འདིའི་སྒྲུབ་ལས་  
 ཆེ་ན་དལ་འབྱོར་དང་མི་རྟག་པ་བསྟོམ་པ་ལ་གཙོ་བོར་འབད་ནས་ཆེ་འདིའི་  
 སྒྲུབ་ལས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཅི་ཐུབ་བྱ་དགོས་ཏེ། ཆེ་འདིའི་སྒྲུབ་ལས་གྱི་  
 དབང་དུ་སོང་ན་ཕྱི་མ་མི་དེ་དག་པས་ཆོས་བྱ་འདོད་རྣམ་དག་མི་འབྱུང་། དད་པ་  
 ཁ་ཞེ་མེད་པ་མི་སྟེ། སྒྲུབས་གནས་ལ་སྟོ་ཡིང་སྒྱུར་མི་ཡོང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་  
 གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བྱེད་པ་མི་ཡོང་བས་ཡོན་ཏན་གོང་མ་ཡང་སྟེ་  
 ཐབས་མེད་དོ། །འདི་དག་གི་སྒྲུབས་སྤྱུང་དམིགས་སྟོར་གོང་མ་རྣམས་ཀྱང་  
 སྟོས་མི་འདོར་བར་མ་མཐའ་ཡིད་ལྟར་ཅུ་གྱི་སྟོན་པ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་  
 དང་། རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་དུ་སྟེ་བའི་སྟོན་ལམ་རེ་ངེས་པར་བྱ་དགོས་གསུང་། དེས་  
 མཆོན་ནས་དམིགས་སྟོར་གོང་མ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་ནས་ཉམས་  
 སྤྱེལ་བའི་ཆེ་སྟོན་ཡོན་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་དང་། དེ་དང་དེ་དག་གི་ཆེ་གོགས་  
 སེལ་བོགས་འདོན་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་སོགས་ལམ་ལྟར་སྒྲུབ་དང་ཕྱོགས་  
 རེར་མ་སྒྱུར་བར། །ལམ་ཡོངས་སྤྱོད་གསལ་བ་རྒྱུད་ལ་སྒྱུར་ནས་ཉམས་སྤྱེལ་  
 ལེན་པ་ལ་གལ་ཆེ་བའི་དགོས་པ་ཆེ་བའི་གནད་གྱི་དོན་མང་དུ་ཡོད་དེ། ཞིབ་  
 པར་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་གསལ་བའི་སྒྲུབ་མ་སྟེའི་རྣམ་འབྱོར་འདི་ལ་རབ་  
 ཆེག་སྒྲིལ་དུ་བྱས་ཏེ་ཐུན་བཞེའམ་དུག་ཏུ་སྟོང་། མ་མཐའ་ཐུན་གཅིག་ཏུ་

ཡང་བྱས་ཏེ་ཡིད་འབྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་འདོན་པར་བྱེད་པ་ནི་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉེན་  
ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་བྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་དགའ་ལྡན་སྒྲིང་བརྒྱད་ཀྱི་བསྒྲིང་པ་རིན་པོ་ཆེ་རང་གི་ཉམས་སུ་  
སྒྲུངས་ཏེ་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པ་གཞན་ལ་འདུ་ཆེར་སྤེལ་བར་བྱའོ། །

## མཐུག་ཚེ་མ་སྒྲིན་བྱང་།

རབ་འབྱམས་ཞིང་ན་སྒྲུ་མེད་པད་དཀར་ལྟར་བསྐྱབས་ཚོད་དུས་འགྲོ་  
བའི་མགོན་དང་སྐྱབས་གཅིག་མཉམ་མེད་ལྟུང་ཏིག། །རབ་འབྱམས་རྒྱུད་  
སྒྲེ་བཞི་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་མ་ལུས་གང་སྐྱའི་ཆ་ཤས་ལས་བྱབ་བྱབ་བདག་  
དཔལ་ལྡན་དོ་རྩེ་འཆང་། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་ཀྱན་ཡེ་ཤེས་གཅིག་བསྐྱས་  
བྱང་ཕྱོགས་བསྒྲིང་པའི་སྒྲིན་མེ་འཇམ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྒྲོ་བཟང་  
གྲགས། །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་ཀྱན་སྐྱེ་གཟུགས་སྒྲུ་མ་མཆོག་གི་ཞབས་སེན་  
འོད་དཀར་བདག་སྒྲིང་ཀྱན་འཛུལ་འབྱུར་ཏིག་ཏུ་བཞུགས། །

མདོ་རྒྱུད་རྒྱ་མཆོའི་གཏིང་མཐའ་མི་མདོན་ཞིང་། །

ཐབ་དོན་ནོར་བུ་ཕྱོགས་ཙམ་མཐོང་བར་དཀའ། །

སྒྲོ་མིག་སྤྱོདས་ཤིང་སྐྱངས་པ་དམན་བྱུར་པ། །

བདག་འདྲས་ལམ་བཟང་རིན་ཆེན་རི་ལྟར་རྩེད། །

ཉམ་ཚུང་སྤང་བུ་སྤ་མོའི་གཤོག་བརྒྱབ་གྱིས། །  
ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོ་དགྲུག་པར་རྩོལ་བ་བཞིན། །  
སྟོན་པོ་ཉམ་ཚུང་བདག་འདས་ཟབ་མོའི་གནས། །  
འབྱེད་པར་རྩོལ་བ་མཁས་རྣམས་ཁྲིལ་བའི་གཞི། །

དེ་ལྟ་ནའང་རྒྱལ་བས་བྱིན་བརྒྱབས་ཆོ། །  
སེམས་མེད་ལྡོན་ཤིང་ལས་ཀྱང་ཆོས་སྤྱོད་འབྱུང་། །  
ལྟ་མི་ཐ་མལ་འགས་ཀྱང་ཟབ་མོའི་གནས། །  
བགྲོ་ཞིང་སྤོང་བར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འབྱུང་། །

དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྱིས། །  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་གསུང་གི་འོད་སྤང་གིས། །  
བདག་སྟོ་བསྟོའི་གོ་སར་རབ་ཕྱེ་བས། །  
ལེགས་བཤམ་སྤང་རྩི་གསར་པ་འདི་ཐོན་ནོ། །

སྟོ་བཟང་གསུང་རབ་ཡིད་བཞིན་དགའ་ཆལ་དུ། །  
རྒྱུད་ལྷན་དམ་པའི་བྱིན་རྒྱབས་རྒྱན་གཤེར་ལས། །  
ཐོན་པའི་སྟོན་རྒྱུད་མན་ངག་སྤོང་པོ་ལ། །  
ལུང་དང་རིགས་པའི་ཡལ་འདབ་རབ་ཏུ་རྒྱས། །



ཆ་ཆང་ལམ་གྱི་འདབ་སྟོང་རབ་བཞད་པ། །  
ལེགས་བཤད་དཔག་བསམ་འདོད་དགའི་སྒྲིན་ཤིང་འདི། །  
ཐར་འདོད་རྐང་རྩག་ཡོངས་གྱི་དགའ་སྟོན་དང་། །  
ཐུབ་བསྟན་དགའ་ཆལ་མཛེས་པའི་རྒྱན་དུ་བསྐྱབས། །

དཀི་གངས་ཅན་སྟོ་གསལ་བྱང་བའི་ཚོགས། །  
སྟན་རྒྱད་བདུད་ཅིའི་སྙིང་པོ་འདི་འབྱངས་ལ། །  
དར་དེར་ལེགས་བཤད་དབྱངས་སྟན་སྟོང་དག་གིས། །  
ཕྱོགས་ཀྱན་ན་བའི་བཅུད་ལེན་རྒྱས་པར་མཛོད། །

སྒྲ་མ་ལྟ་ལ་རྒྱན་རིང་གསོལ་བཏབ་ཅིང་། །  
ཡིད་ཆེས་ལྷང་དང་བྱི་མེད་རིགས་པ་ཡིས། །  
ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་སྦྱར་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །  
འོངས་པར་གྱུར་ན་སྒྲ་མ་ལྟ་ལ་བཤགས། །

སྒྲུག་པའི་བུ་ཆུང་འབྲུལ་ལམ་སྟོ་གྱུར་ཀྱང་། །  
བཅེ་ལྟན་པ་མས་ཡལ་བར་མི་འདོར་བཞིན། །  
ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་སྒྲ་མ་ལྟ་ཚོགས་ཀྱིས། །  
བདག་གི་འོངས་པ་རྒྱ་བཅས་དག་པར་མཛོད། །

ཚང་ལ་མ་ཞོར་ལམ་བཟང་འདི་འདྲ་དང་། །  
མཇལ་ཡང་དུ་དུང་ཆེ་འདིར་མཛོན་ཞེན་པ། །  
སྙིང་མེད་བདག་ལ་སྒྲུབ་མས་ཐུགས་རྗེ་གཟིགས། །  
ཆེ་ལྷག་དོན་ལྡན་རྒྱས་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

ཆེ་ཐུང་འདི་ཡི་བྱ་བ་ཅི་བྱས་སྒྲ། །  
ལམ་བཟང་འདི་འདྲ་བྱིས་ནས་རྟེན་དཀའ་བས། །  
རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་པའི་དབེན་པའི་ནགས་ཁྲོད་དུ། །  
གཡེང་མེད་ཅེ་གཅིག་སྐྱབ་པ་མཐར་བྱིན་ཞོག། །

ཚུལ་འདིར་འབད་ལས་དུང་དང་ཀུན་ལྟར། །  
རབ་དཀར་དགོ་བ་གང་ཞིག་བསགས་པ་དེས། །  
ཡུན་རིང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་མ་ཁྲན་རྣམས། །  
ལམ་བཟང་འདི་ཡིས་སྦྱོན་ཅིང་གོལ་འགྱུར་ཅིག། །

རི་སྤྱོད་འཇིག་རྟེན་འདི་ལ་ཉིན་བྱེད་གྱིས། །  
འོད་གྱི་སྒྲུང་བ་སྟེར་བ་དེ་སྤྱོད་དུ། །  
ལེགས་བཤད་འདིས་ཀྱང་མཐའ་ཡས་འགོ་འདི་ལ། །  
ལམ་བཟང་བལྟ་བའི་སྒྲུང་བ་སྟེར་གྱུར་ཅིག། །

སྐྱུང་མཛད་མགོན་དང་དམ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ། །  
གསང་བདག་བཀའ་སློང་རྣམ་མང་ཐོས་པའི་སྤྲུལ། །  
གནས་གསུམ་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོག་ས་བཅས་ཀྱིས། །  
ཆོས་འདི་སྐྱབ་ལ་འཕྲིན་ལས་མ་གཡེལ་ཞིག །

པན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གཞི། །  
སློ་བཟང་རྩོ་རྩེ་འཆང་གི་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི། །  
བསྟན་པ་སྤྱོད་སྤྲུལ་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུར་ཏེ། །  
འགྲོ་ཁྱེད་བདེ་ལ་འགོད་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །

ཅེས་སྒྲ་མ་མཆོད་པའི་བྲིད་ཡིག་གསང་བའི་གནད་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་སྟན་  
རྒྱུད་མན་ངག་གི་གཏེར་མཛོད་ཅེས་བྲ་བ་འདི་ནི། ལྟ་དང་བཅས་པའི་འགྲོ་  
བ་ཡོངས་ཀྱི་རྣམ་འབྲེན་དམ་པ་རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ཁྱེད་ཀྱི་བདག་པོ་  
པཌ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རྩེ་བཅུན་སློ་བཟང་དཔལ་ལྷན་ཡེ་ཤེས་དཔལ་  
བཟང་པོས། དཔེན་ས་སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་གི་སྟོང་པོ་སྒྲ་མ་མཆོད་པ་བདེ་  
སྟོང་དབྱེར་མེད་མ་འདི་ལ་བྲིད་ཡིག་རྒྱས་པ་མན་ངག་གི་གནད་རྣམས་  
རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་ཞིག་གིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་བསྐྱེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བཀའ་  
བཞིན་སྐྱབ་པ་མཆོད་པའི་མཆོག་ཏུ་བསམས་བཀའ་ལྱང་སྤྱི་བོས་མཐོས་ཏེ།  
རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེས་བཞིན་དུ་རྩེས་སུ་བཟུང་ཞིང་། ལམ་བཟང་འདི་ལ་བརྟེན་

ནས་བྱུང་བ་མཆོག་བརྟེན་པའི་སྒྲུབ་དམ་བ་ལས་ཆོས་འདིའི་སྟོན་རྒྱུ་གི་  
མན་ངག་ཐོབ་པ་དག་སྟོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྒྲུབ་དམ་པའི་ཞལ་  
ལས་ཐོས་པའི་མན་ངག་ལ་གཞི་བྱས། གདམས་ངག་འདི་གང་ལས་བརྟུས་  
པའི་རྩ་བའི་ཁྱེད་ལ་འདུས་པ་རྩ་བ་ཤད་གི་རྒྱུ་སོགས་རྒྱུ་དང་བྱུང་ཆེན་  
གི་གཞུང་རྣམས་དང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་རྣམས་ལ་ཞིབ་ཏུ་  
བརྟགས་ཏེ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཚུལ་དུ་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཞེས་བ་མེ་མོ་པག་གི་  
ལོ་དབྱུག་པ་སྒྲུབ་པའི་དཀར་ཆོས་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་ཉིན་བལ་བོད་མཆོམས་  
གི་གནས་མང་ཡུལ་སྦྱིད་གོང་གི་ནགས་ཁོང་བཟུ་ཤེས་བསམ་གཏན་སྦྱིང་དུ་  
སྦྱར་བའོ། །

འདིས་ཀྱང་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་དར་ཞིང་ནམ་  
ཡང་མི་རྒྱུབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དུ་གྱུར་ཅིག །།

ཡིག་ཞོར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འབྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅོས་ཞུ་ཆོག

སྒྲུབ་ཁྱེད་། marjamson618@gmail.com